ELLE
GOURMET
Classica o pop?
PASQUA A SORPRESA
GARDEN THERAPY
Le fruit & flower spa
VEG ADDICTION
Gli orti degli chef
festa DI PRIMAVERA
THE 4TH RABBIT
9 772531 798008
10006
N. 6/2021 - APRILE

ELLE® è un marchio di Hachette Filippacchi Presse

ELLE GOURMET

Hearst Italia, via Roberto Bracco 6,
20159 Milano - tel. 0266191

Direttore responsabile
Maria Elena Viola

A cura di
Alessandra Pon
apon@hearst.it

Vicedirettore
Elena Mantaut

Immagine
a cura di **Cristina Negri**

Art Consultant
Pilar Ibanez

In redazione
Eva Aimone (photoeditor), Désirée Paola Capozzo (attualità e web), Duna Gallone (immagine), Tiziana Jelo (caposervizio photoeditor), Gloria Ghiara (attualità), Gabriella Grasso (attualità), Roberto Lorenzini (immagine), Valentina Porzio (photoeditor), Marta Saladino (moda), Laura Salsi (moda), Flavia Silva (immagine), Giovanni Battista Sparacio (moda)

Hanno collaborato
Roberto Croci, Francesca Davoli, Monica Marelli, Anita Sciacca, Costanza Sigismondi

Amministrazione e borderò
Salvo Sarcì

Segreteria
Elena Villa

Elle Gourmet n.6 / aprile 2021
Periodicità: semestrale
Mensilità fascicolo: aprile 2021
Direttore responsabile: Maria Elena Viola
Prezzo di copertina: 2,00 euro
Editore: Hearst Magazines Italia SpA, via Roberto Bracco 6, 20159 Milano.
Titolare Marchio: Hachette Filippacchi Press S.A.
Stampa: rotolito s.P.A. – Via sondrio, 3 – Seggiano di Pioltello (mi) – Italia
Printed in Italy
Fotolito: Reproscan
Distribuzione: m-Dis Distribuzione Media Spa, via Cazzaniga 19, 20132 Milano
ISSN 2531-7989 ELLE GOURMET
Registrazione: d.Leg.Nr 276 del 11 novembre 2016 presso il tribunale di Milano
Pubblicità: concessionaria esclusiva Hearst Magazines Italia Spa, via Roberto Bracco 6, 20159 Milano

In copertina
Torta di bianco svestita, decorata con fiori eduli. Un invito a godersi le prime fioriture. In alto. La tavola della festa di primavera. Foto Warren Heath/Bureaux.

GOURMETsommario

Nell'aria c'è voglia di festa, la stagione più bella è qui

Florilegio

Non vi è varietà che vi possa sfuggire dal menù: le celebs rose e viole e primule, le semplici margherite e pratoline, ma anche inebrianti gelsomini e gladioli.

Fai-da-te

Da ricordare che si mangiano solo i petali. Privateli di gambi e pistilli prima di usarli come ingredienti o décor.

En pendant

Primule e viole sulle crostatine di crema, gerani nei semifreddi e sorbetti, glicini e lillà nei gelati.

Sorprese di PRIMAVERA!

DI FIORE IN FIORE, DI DELIZIA IN DELIZIA. PER LA STAGIONE PIÙ AMATA E COLORATA DELL'ANNO IL GOURMET HA DECISO DI FARE IL BIS. *HAPPY PICKING!*

Bacio della Luna Prosecco Rosé
Nei migliori locali e su **Vineria43.it**

a cura di **ALESSANDRA PON**

Lady VIOLET &C.

Intrigo Oriente-Occidente per le tentazioni dolci create da una cake designer italiana sedotta dai mood pastello della serie *Bridgerton*

Cosa mai avranno in comune Giappone e Inghilterra? *«No matter indeed»*, risponderebbe Lady Violet Bridgerton. Che importano le affinità per un matrimonio di classe. È così, guidata dal suo gusto spregiudicato e un po' snob, che Simona Gusmeroli ha deciso che look Regency e sweet giapponesi sarebbero stati una *combine* di successo. Da fashion (ha studiato all'Istituto Marangoni di Milano) a cake designer per un colpo di fulmine, si è innamorata del *mochi*, il dolce di riso, e lo ha sposato con l'aristocrazia del gelato sotto una cascata di petali. *mamamochi.it*

Tic toque!

DUE CHEF AMBASSADOR E UN RAPPER DAI GUSTI NON SOLO MUSICALI BUSSANO ALLA PORTA DELLE NOVITÀ

«*Falla semplice*». Questo il consiglio (e il nome della ricetta che trovate nel canale Gourmet di *Elle.it*) di Simone Rugiati per cucinare un controfiletto di manzo irlandese da leccarsi i baffi: «Una carne di ottima qualità si gusta in purezza», dice lo chef toscano. Segnatevi le sue dritte da *meat lovers*: «Per una cottura ad hoc sul barbecue, incidete il grasso tenero con tagli paralleli, poi tagliate delle fette spesse e legatele con uno spago per ottenere una forma tondeggiante. Cuocete ogni lato del controfiletto per circa 8 minuti, poi giratelo su tutti i lati a contatto con la griglia, per sigillare la parte esterna e conservarne i succhi all'interno. Spostatelo nella zona meno calda, in piedi con il grasso verso l'alto, coprite e terminate la cottura fino a raggiungere i 46° al cuore.
Servite con salsa al vino rosso, patate glassate, rape scottate e cipolle in agrodolce». Perfetto per la grigliata di Pasquetta! *bordbia.ie*

A sinistra. Simone Rugiat è chef ambassador in Italia di Bord Bia, ente governativo per la promozione del Food & Beverage irlandese.

MENŪ A COLORI

Un arcobaleno di gusti e toni per burger, wrap, poke e insalate, presentati in packaging eco-friendly. Questo il biglietto da visita di *Healthy Color*, fast food in declinazione salutista ideato da Sfera Ebbasta, Andrea Petagna e Marcelo Burlon. Dopo la coloratissima sede milanese, apre anche a Roma in via Leone IV 64, con delivery garantito. *healthycolor.it*

VIAGGI STELLARI

«Sono una millennial al passo con i tempi, amo andare alla stessa velocità del mondo. La mia vita è fatta di passione, avventura e sfide: e la Defender 90 sarà la compagna di viaggio ideale». Parola di Isabella Potì (a sinistra), chef del ristorante stellato Bros' di Lecce, nominata Brand Ambassador Land Rover Italia. Prossima meta? *Sista*, una dark kitchen con servizio di asporto e consegna con un unico prodotto, la crostata, declinata in base a stagionalità, territorio e cultura del Salento.

PRESSLOFT / ETRO HOME

Che chic!

PRENDETE IL CESTINO, SCEGLIETE IL POSTO, ANZI...PRENOTATE! E IL VOSTRO *PICNIC*... È SERVITO

Non sentite l'irresistibile richiamo? È arrivata la primavera e, quest'anno più che mai, si ha voglia di viverla open air, anche se solo in pausa pranzo smartworking. Se si ha la fortuna di vivere a due passi da un parco, basterà poco per un déjeuner sur l'herbe. Il trend è ormai esploso, lo confermano i dati di *Picnic Chic*, il primo booking online dedicato alle esperienze food all'aperto, che nel 2020 ha segnato un +900 per cento di adesioni. Come funziona? Prima si individua la località, poi si sceglie tra i tanti format proposti: ecosostenibile, pet friendly, active (con lezioni di yoga o altra disciplina), per famiglie, con menù gourmet a km 0. Oppure, per chi è stufo del prato, persino in casette sull'albero. Basta un click. A prova di pigri. *picnicchic.it*

Sistema solare. Un concentrato super sunny all'insegna del Pantone dell'anno: *Illuminating*. Un jus di decori citronette, accessori lime e delizie al limone...

di LAURA SALSI

Lemon age

1. Raggio solare, il sistema modulare *Walt* di sedute componibili ed eco-sostenibili disegnato da Francesco Rota per Paola Lenti. **2.** Anni '50 in giallo con gli occhiali della collezione *Colours* di Vanni (260 euro). **3.** Tappeto *Limonia*, Kalaidu (99 euro) su *westwingnow.it*. **4.** Agrumato l'anello *Vine Wrapped Cocktail Ring* d'oro rosa e smalto, Bea Bongiasca (2.500 euro). **5.** Fruity la sneaker da basket, Converse Chuck Taylor All Star. **6.** Sicilian sour il vaso *Testa di Moro Pop* con fiori e ruches, Folk Magda Masano (145 euro). **7.** Vitaminici gli orecchini "al limone", H&M. **8.** Visione illuminata con la poltrona *Eye Chair Eero Aarnio*, Private Floor (*it.privatefloor.com*). **9.** Limoni di Sorrento sul piatto di ceramica hand-made, Coast's Artisans (49 euro). **10.** Sunny la tracollina stampa cocco, Guess Handbags (95 euro). **11.** Shiny il sandalo *Elina* di legno, Clewoo (144 euro). **12.** Da goddess la flat lamé con cinturino a spirale, Janet & Janet (189 euro). **13.** Effetto soleil il tavolo di Mos Design (530 euro). **14.** Vittoriana la camicia con collo e polsini arricciati, Tesei (195 euro). **15.** Inedita la tavoletta al latte con pop-corn caramellati, Zàini Milano (100 g a 6,10 euro). **16.** Brillante, l'ex voto sulla borsa, Dolce&Gabbana.

Botanical club house: tecniche di *giardinaggio sartoriale* con innesti design e rare specie floreali. Per "smart greeners" illuminati

Gardening

1. Quadrifoglio, la coppa della linea *Prato*, Virginia Casa (87 euro). **2.** Bucolico il cappello panama con gros-grain, Hermès (540 euro). **3.** Fleuri, il sottobicchiere *Lucy*, Halcyon Days. **4.** Da pink ladies lo champagne dedicato alle donne con packaging green, Ruinart Rosé (da 75 euro). **5.** Allegoriche le friulane di velluto bordeaux con ricamo, Issimo X Allagiulia (190 euro). **6.** *Giardino dell'Iris,* simbolo di Firenze, nel piatto decorato a mano, Ginori 1735 (1.690 euro). **7.** Good luck l'anello con coccinella di bronzo giallo e zirconia rossa, Bona Calvi (150 euro). **8.** Cactus-à-porter con la shopper di paglia e paillettes, Amor Y Mezcal (95 euro). **9.** More gioiello sul sandalo di cuoio, Aquazzura. **10.** Green il calice di vetro con rilievi, Zara Home (3,99 euro). **11.** Da gardener la clog di pelle con fibbia *Kelly*, Hermès (990 euro). **12.** Tropical la camicia di cotone, Robert Friedman (186 euro). **13.** Foulard di seta *Giardino Fiorito*, Edoardo Gallorini. **14.** Coniglietti pasquali di legno dorato, Hoff Interieur (37,99 euro) su *westwingnow.it.* **15.** *Butterfly Bloom* la tazzina da tè con piattino, Wedgwood (61 euro). **16** Ispirato alle stagioni il piatto di ceramica, Jayne Redmond (55 euro). **17.** Country chic, la slipper *Hobo Special Embroidery* con nappe over e ricami colorati, Fratelli Rossetti (540 euro). **LS.**

Art de la Table

ANZI, DEI TABLEAUX... GLI *IMPRESSIONISTI* SONO SERVITI, IN UN GIOCO DI ISPIRAZIONI INCROCIATE. DA PARIGI AL GIAPPONE E RITORNO

A TAVOL(OZZ)A!

Chi l'ha detto che è l'arte a ispirare gli chef - vedi il Pollock di Massimo Bottura - e non viceversa? Una storica dell'arte (Serena Colombo) e un appassionato di food&fornelli (Massimiliano Babila Cagelli) hanno deciso di raccontare l'(altra) storia dell'arte, quando un cuoco americano approda a Parigi e incrocia lo *japanisme* e gli impressionisti, da Manet a Degas, a Van Gogh, inventando ricette (volume unico o confezione regalo dei due libri, le *Ricette* e il *Diario* con rilegatura giapponese fatta a mano; su *Amazon.it* o sul blog *lovelymoments.it*).

Dall'alto e in senso orario. Claude Monet, *Impression, soleil levant.* Vincent van Gogh, *Crevettes et moules* e *Vase japonais avec roses et anémones.* Berthe Morisot, *Cache-cache.* A sinistra. La cover di *Anche Van Gogh mangiava le cozze.*

Autentico

COME LA GIOIA DI CONDIVIDERE

I Formaggi dalla Svizzera sono ideali a ogni ora della giornata, ognuno con un sapore diverso per infinite varianti di gusto. Sono perfetti per condividere i momenti più belli e il piacere del buon cibo genuino.

#AutenticoCome

SCHWEIZ SUISSE SVIZZERA SWITZERLAND

Svizzera. Naturalmente.

Formaggi dalla Svizzera.

www.formaggisvizzeri.it

Il Borgo: una straordinaria esperienza toscana.

Un ambiente esclusivo e raffinato circondato da vigne e ulivi, dove rilassarsi immersi nella quiete delle colline in un contesto storico prestigioso. Camere eleganti, rigogliosi giardini all'italiana e tutto il sapore della Toscana più autentica. Il lusso di concedersi un soggiorno di alto livello ed esplorare le meraviglie di una regione incantevole.

publifarm.it

[GOURMETshopping]

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

it's SPRING *time!*

#happy balconing. La sfida è aprire le finestre e trasformare il dehors in privé per picnic "stellari"

di ANITA SCIACCA

In Terrazza

1. Esclusivi, i drink ready-to-share a base di dry gin creati in collaborazione con GIASS, Nio Cocktails (29,90 euro). **2.** Come uno scrigno, la confezione regalo di caviale *Beluga Siberian*, Caviar Giaveri (da 210 euro). **3.** Ecologica, la borsa di cotone a righe, Broste Copenhagen (11,90 euro). **4.** Quattro ruote il carrello portavivande in acero naturale, Hermès (32.500 euro). **5.** New-rétro, il piatto di porcellana inglese decorato con pois pop, Gaetano di Gregorio (120 euro il set da 2). **6.** Made in Italy, il gin ispirato alle ricette della tradizione, Tassoni (23 euro). **7.** Vivace, lo champagne *Extra Brut Rosé*, Bruno Paillard (73 euro). **8.** Raffinato, l'aperitivo *Lillet Blanc* dall'aroma floreale, Pernod Ricard (18,90 euro). **9.** Tricolore, il cuscino di velluto patchwork, Coincasa (34,90 euro). **10.** Fairtrade, il cestino di fibra naturale intrecciato a mano da una cooperativa di donne, Lola & Mawu (60 euro). **11.** Slow food, la colomba al mandarino tardivo di Ciaculli e fondente, Pasticceria Di Stefano (21,50 euro). **12.** Pieghevoli, il set di tavolo e sedie da esterno, Kave Home (169 euro). **13.** Sodalizi golosi, i biscotti di frolla alla camomilla firmati dallo chef Giancarlo Perbellini per lo store Atelier della Natura di Bonomelli.

Modalità "chic-nic" e su due ruote. Il pranzo al sacco *en plein vert* diventa super design con kit firmati da archistar, set *finger-cool e* accessori urban da prendere al vélo

Al parco in città

1. Tradizionale, il contenitore di acciaio a tre scomparti, Hay. **2.** Griffato, il kit per preparare gli gnocchi in casa disegnato da Piero Lissoni, Molino Pasini (24 euro). **3.** Sontuosa, la colomba classica *Super Avoriè* realizzata con pregiate materie prime, Pasticceria Filippi (27,50 euro). **4.** Intenso, il liquore al caffè da qualità di *Arabica* e *Robusta*, Trucillo (16,10 euro). **5.** Agghindata per le feste, la bottiglia di champagne *Brut Grand Siècle Jacket Soleil*, Laurent Perrier. **6.** Buone per davvero, le uova solidali con confezione regalo, CasAmica Onlus (donazione minima 10 euro). **7.** Stylish, i piatti in porcellana di Limoges con finitura matt, Society Limonta. **8.** Nordico, il canovaccio di lino della linea *Taika*, Iittala (15,90 euro). **9.** Naturale, la tovaglia di lino lavato, Creative Women. **10.** Artigianale, la bicicletta *Dolce Vita '58* fatta a mano in Italia, Scatto Italiano. **11.** Piping, i tovaglioli di lino con profili ricamati a contrasto, Los Encajeros (49 euro). **12.** Ā porter, il set di bicchierini da liquore con supporto in ferro, Zara Home (11,99 euro). **13.** Gusto deciso, l'uovo di cioccolato fondente al 70 per cento, Amedei (40 euro).

UNA COCCOLA DI GUSTO.

La tua Pasta Fresca ogni giorno

Scoiattolo

*con 70% di plastica riciclata e 100% di carta riciclata.

Gustosi di Natura
Scoiattolo
Bio
Girasoli
LEGUMI
ceci e lenticchie
SFOGLIA CON GRANO SARACENO
SENZA LATTOSIO
FONTE DI FIBRE
SENZA UOVA

SFIZI DI GUSTO
GRANPANZEROTTI
GAMBERI e POLPA DI GRANCHIO
Scoiattolo
EXTRA RIPIENO
UOVA FRESCHE 100% ITALIANI GRANO DURO
5 MINUTI IN PADELLA

ripieni gourmet
EXTRA CREMOSI

nuova
CONFEZIONE SOSTENIBILE*

grano duro
100% ITALIANO

Disponibile nei migliori supermercati
www.scoiattolopastafresca.it

Slow (e)motion. Le placide acque si animano di bollicine, fiori fiabeschi e sweet movida. In un *floating lunch* onirico

Al lago

1. Dreamy, la brocca Animal Farm disegnata da Alessandra Baldereschi, Ichendorf Milano. **2.** Sfizioso, il cofanetto con ovetti di cioccolato assortiti, Enrico Rizzi (12 euro). **3.** Tressé, la poltrona da esterno Hammock con seduta a rete realizzata a mano, Paola Lenti. **4.** Bunny, il piatto di carta a forma di coniglio, Ginger Ray (10 euro il pack da 8 piatti). **5.** Candy, il cucchiaio design con finitura satinata, linea Goa, Cutipol (102,45 euro il posto tavola). **6.** Country-charme, la cesta di vimini con biscotti, marmellate e vino, Fortnum & Mason (147,75 euro). **7.** Arcobaleno, il plaid di lana con retro impermeabile, Heating & Plumbing (145,79 euro). **8.** Brioso, il prosecco Rosé Doc della Prestige Collection, Mionetto (8,50 euro). **9.** Full moon, il prosecco Rosé Doc extra dry Bacio della Luna, Schenk. **10** Fleurie, la colomba decorata a mano, Pasticceria Martesana (90 euro). **11.** Alta fermentazione, la birra ale bianca EdenBlanche, Birra Ov (19 euro il pack da 4). **12.** Pointillisme, il runner di lino, linea Acquerello ispirazione "prova colori", Milou Milano (90 euro). **13.** Butterfly, il cuscino in raso di cotone, Etro Home (125 euro).

GEORGE FOREMAN®
THE WORLD'S FAVOURITE*
GEORGE FOREMAN
GEORGE FOREMAN
SMOKELESS BBQ GRILL
Ami il barbecue, ma non ti piace il fumo che ne deriva?
Il grill Smokeless BBQ è ciò che fa per te!
Ottieni una cottura perfetta, senza fumo e odori persistenti in casa.
E le griglie le lava la lavastoviglie!
Trova il tuo modello di barbecue su **https://it.georgeforemangrills.com**
*Istituto per le ricerche di mercato, elettrodomestici di consumo, 2019, categoria dei grill elettrici

Brindisi con i piedi nella sabbia, tra decori marini e accessori solari, dolci che sanno di estate e dettagli *à la p(l)age*. Fishing for compliments!

Al mare

1. Seehorse, il calice ad arte in vetro di Murano, Frare Lavorazioni Artistiche Vetro (2.200 euro il set da 6). **2.** Acquatica e antimacchia, l'americana stampata in cotone, Gabel 1957 (17,90 euro il set da 2). **3.** A onde, la shopper in canvas di cotone resistente, Society Limonta (195 euro). **4.** In vasocottura, i babà agli agrumi, Pasticceria Angelo Inglima (10 euro). **5.** Fabulous, il piatto di porcellana cinese decorata a mano, Aquatic Creatures by Riccardo Capuzzo (56 euro). **6.** Fish&chic, il tovagliolo di carta con dettagli oleografici, Meri Meri (10 euro). **7.** Effetto sdraio, l'iconica poltrona *Tripolina* con struttura di legno e seduta di canvas, Eligo (325 euro). **8.** Energico, il vino bianco Vermentino Igt Toscana, Monteverro (14 euro). **9.** Da aperitivo, lo spumante *Asti Secco Docg*, Toso. **10.** Solare, l'insalatiera di ceramica fatta a mano in Puglia, Unopiù. **11.** Soffice, il plumcake con polpa e scorza di Limone e ricoperto di glassa, Pasticceria Martesana (16 euro). **12.** Marinière, le colombe tradizionali, con cioccolato e confettura di fragoline di bosco, Dolce&Gabbana e Fiasconaro. **13.** Mitologica, la tazza da caffè con piattino della collezione Il viaggio di Nettuno, Ginori1735 (195 euro il set da 2).

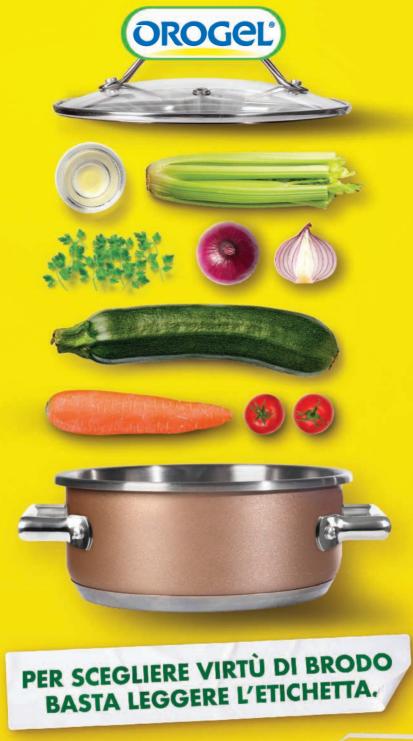
Trekking luculliano? Ecco un kit di sopravvivenza per spuntini ad *alta quota*. Tra plaid e cestini bucolici, leccornie e ceramiche wild

In montagna

1. Da boscaiolo, il coltello con lama curva e spazzola per i funghi, Opinel (20 euro). **2.** Ricamata la tovaglietta di lino antimacchia, La Gallina Matta (23 euro). **3.** Bucolico, il piatto di porcellana francese con decoro floreale, Faïencerie de Gien (60 euro). **4.** Per il forno, lo stampo per dolci di ceramica, Tescoma (29,90 euro). **5.** Dipinta a mano, la brocca a forma di orso, Quail Ceramics (da 25 euro). **6.** Fiabesco, il piattino di porcellana, &Klevering. **7.** Fresca, la spremuta di mela con bergamotto, Leni's (2,70 euro). **8.** Storico l'aperitivo Virtù di Rabarbaro da servire con seltz e scorza di limone, Nardini. **9.** Gustoso, il nettare di lampone con aggiunta di acqua e zucchero di canna, Ciacco Lab (3,50 euro). **10.** Oro nero, la colomba Giusti all'Aceto Balsamico di Modena Igp, Acetaia Giusti (29 euro). **11.** British, il plaid di lana con cinghie e manico di pelle, Tolly McRae (145 euro). **12.** Rustic-chic, la sedia a dondolo di rattan tressé, Ikea (149 euro). **13.** Agreste, il cestino da picnic Dressed en plein air con 4 coperti, Alessi (412 euro). **14.** Innovativo, il barbecue a carbone Master-Touch che affumica, cuoce e griglia, Weber (345,45 euro).

Ruspante solo di spirito e genuino per vocazione. Il déjeuner *campestre* è un idillio tra sapori e decori home-made. Farm to table

In campagna

1. Sunny, il plaid di cashemire tessuto e tinto a mano, Hermès. **2.** Etica, la tovaglia di lino con bordo sfrangiato lavorato in India, da soapstudio.it (130 euro). **3.** Multitasking, il matterello di legno con cilindro girevole, Tescoma (15,90 euro). **4.** Da collezione, l'uovo di porcellana dipinto a mano, Royal Copenhagen (22,99 euro). **5.** Avvolgente, l'olio extravergine Claterna Monocultivar Ghiacciola, Palazzo di Varignana (22 euro). **6.** L'ora delle merenda, con il piatto di porcellana Charlotte Gourmand della collezione Bonbon, Ilaria.i (22 euro). **7.** Edizione limitata, il kit per fare la pasta in casa con la macchina Atlas 150 e gli stampini in un'unica confezione, Marcato (89,90 euro). **8.** Vellutato, lo stracchino Crema del Piave, Caseificio Tomasoni. **9.** Essenziale, la sdraio in teak *Elle*, Ethimo. **10.** Campestre, il galletto di cioccolato al latte, Bodrato (14,50 euro). **11.** Variopinta, la confezione di frutta secca, essiccata e confettata, Noberasco 1908. **12.** Vestita d'oro, la bottiglia di vino Otello Ceci Nero di Lambrusco Edizione 1813, Cantine Ceci. **13.** Armonioso, il Valdobbiadene Prosecco Superiore Docg Extra Dry Rive di Colbertaldo, Val D'Oca (59,40 la confezione da 6). **14.** Gourmand, la colomba con gocce di cioccolato belga e croccante glassa al cacao, Alemagna (12 euro).

Niente aromi, glutammato, addensanti e niente sale.
Solo le migliori verdure coltivate in Italia,
per un brodo naturale e ricco di leggerezza.

Perché non tutto fa brodo.

Orogel. La meraviglia di ogni giorno.

ORO *verde*

Preziose quanto il loro celebre estratto le **olive** sono la quintessenza della mediterraneità. Una varietà di colori e sapori che parla una lingua antichissima, eppure ancora capace di raccontare piatti contemporanei

a cura di ALESSANDRA PON - foto & styling di KINGA BLASZCZYK-WÓJCICKA/LIVING INSIDE

PANE, AGLIO E OLIVE

Preparazione: 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
1/2 baguette, crema di burro di olive (vedi ricetta nelle pagine successive), 10 olive nere o verdi, parmigiano grattugiato.

PREPARAZIONE: tagliate a metà la baguette per lungo, senza aprirla completamente. Spalmateci la crema di burro e farcite con le olive tagliate e denocciolate e poi con il parmigiano. Ricoprite con della carta stagnola e infornate a 200° per 10 minuti. Togliete la stagnola e continuate a cuocere fino a quando la baguette risulterà dorata e croccante.

POMODORI RIPIENI

Preparazione: 20 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:
2 pomodori, 7-8 foglie di menta, qualche rametto di prezzemolo fresco, 1 cipolla rossa, 1 spicchio d'aglio, 1/2 melanzana, 4-5 olive verdi e 4-5 olive nere (più qualcuna per decorare), olio d'oliva, cannella, 1 cucchiaio di aceto di vino bianco o rosso,3-4 cucchiaini di pinoli tostati in padella, 2 cucchiai di parmigiano grattugiato, origano, sale e pepe.

PREPARAZIONE: lavate i pomodori, tagliate la calotta superiore ed estraete la polpa, tenendola da parte. Asciugate i pomodori con della carta da cucina. Sminuzzate la menta e il prezzemolo, tagliate a cubetti la melanzana, la cipolla e l'aglio. Fate soffriggere la melanzana con un filo d'olio insieme all'aglio e alla cipolla e continuate a friggere per altri 3 minuti. Unite le olive e l'aceto e mescolate fino a quando tutto il liquido sarà evaporato. Aggiungete la polpa dei pomodori e un pizzico di origano, cuocete per un altro minuto e completate con le aromatiche, la cannella, i pinoli e il parmigiano. Aggiustate di sale e pepe. Lasciate raffreddare. Farcite quindi i pomodori, decorate con le olive e spolverate di parmigiano. Infornate a 180° e cuocete finché la superficie risulta croccante e i pomodori ammorbiditi.

CREMA DI BURRO ALLE OLIVE

Preparazione: 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
100 g di burro ammorbidito,
2-3 rametti di prezzemolo,
2 spicchi d'aglio,
2 cucchiai di olive nere e 2 di olive verdi (denocciolate), succo di limone,
sale e pepe, salsa Tabasco.

PREPARAZIONE: tritate grossolanamente il prezzemolo, le olive e schiacciate gli spicchi d'aglio. Frullate gli ingredienti con il burro, in modo da ottenere una crema morbida. Insaporite con sale, pepe e succo di limone a piacere. Lasciate riposare per almeno mezz'ora in frigorifero, poi servite la crema spalmata sul pane (vedi ricetta nelle pagine precedenti) o utilizzatela per cucinare verdure come patate melanzane, zucchine o peperoni.

IL VINO PIÙ ADATTO:
piacevolmente fruttato, bianco fresco con profumi di mela, pera, camomilla e tipici aromi di uva Arneis.
Poggio di Caro- Roero Arneis di Enrico Serafino (Piemonte), da servire a 8-10°.

Per una versione light, sostituite il burro con del formaggio fresco

INSALATA ALLA GRECA

Preparazione: 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
100 g di feta, 3 pomodori, 1 piccolo cetriolo, 1/2 cespo d'insalata tipo lattuga iceberg, 1 cipolla rossa, 80g di olive nere e verdi (denocciolate);
per il condimento: olio d'oliva, 1 spicchio d'aglio, mix di erbe essiccate di Provenza, aceto balsamico, zucchero, sale e pepe.

PREPARAZIONE: tagliate a cubetti gli ingredienti per l'insalata e aggiungete le olive intere. Versate gli ingredienti per il condimento in un barattolo e agitate per mescolare, poi distribuite sull'insalata. Mescolate e servite.

IL VINO PIÙ ADATTO:
un bianco storico autoctono delle Langhe, il Nascetta, riflessi dorati e sentori complessi di fiori di campo ed erbe aromatiche. *Anas-Cëtta* di Elvio Cogno (Piemonte), da servire a 10-12°.

OLIVE MARINATE

Preparazione: 15 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:
300 g di olive in salamoia,
1/2 litro di olio d'oliva,
2-3 spicchi d'aglio,
1 manciata di erbe aromatiche fresche tritate (basilico, origano, rosmarino, prezzemolo, timo, dragoncello...),
1 peperoncino rosso.

PREPARAZIONE: sciacquate e asciugate le olive. Schiacciate uno spicchio d'aglio e tagliate finemente gli altri. Togliete i semi dal peperoncino. Scaldate l'olio in una padella, aggiungete l'aglio, il peperoncino e le aromatiche. Cuocete a fiamma lenta fino a quando le erbe cominceranno a diffondere il loro aroma. Fate attenzione a non scaldare troppo l'olio e a non friggere gli ingredienti. Aggiungete le olive e lasciate cuocere per altri 5-6 minuti. Trasferite tutti gli ingredienti in un barattolo. Le olive devono essere immerse completamente nell'olio. Sigillate e conservate lontano da luci e in un posto asciutto per qualche ora, poi in frigorifero. Le olive sono pronte per essere assaporate dopo due giorni, perfette come aperitivo e guarnizione nei cocktail. L'olio può essere riutilizzato per condire insalate.

IL VINO PIÙ ADATTO: un 100% Sauvignon, elegante: litchi, pomodoro verde, salvia e fiori di primavera. *Sauvignon Doc Collio 2019* di Gradis'ciutta (Friuli-Venezia Giulia), da servire a 8-10°.

INSALATA CON AVOCADO E OLIVE

Preparazione: 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
2 manciate di foglie d'insalata verde,
1 avocado (pelato e privato del nocciolo),
1 peperone giallo (scottato e privato della pelle),
1 manciata di olive nere, 1 cipolla,
2 pomodori ben maturi;
per il condimento: 2 cucchiai d'olio d'oliva,
2 cucchiai di aceto di vino bianco o rosso,
2 cucchiai di miele, sale, pepe, 1 spicchio d'aglio (sminuzzato).

PREPARAZIONE: tagliate le foglie di insalata, l'avocado e i pomodori a spicchi. Mescolate con il peperone tagliato a listarelle e la cipolla affettata sottile, aggiungete poi le olive. Preparate il condimento emulsionando in una ciotola l'olio, l'aceto, il miele, l'aglio intero (che poi toglierete) e insaporite con sale e pepe a piacimento. Versate sull'insalata e servite.

Con la stessa pastella speziata al curry si possono friggere dei cubetti di petto di pollo o dei filetti di alice

SPIEDINI DI VERDURA FRITTI

Preparazione: 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
per la pastella: 125 g di farina di ceci, 40 g di farina, 1 presa di sale, 1 pizzico di bicarbonato, 1 di pepe, 1 di curry in polvere, acqua frizzante, olio da frittura;
per gli spiedini: 1 manciata di olive, foglie di coriandolo fresco, 3 peperoni rossi, 3 zucchine, 3 melanzane.

PREPARAZIONE: unite le farine, mescolate con una frusta e aggiungete l'acqua poco alla volta, fino a ottenere una pastella cremosa, che deve avvolgere gli spiedini di verdura senza sgocciolare. Componete gli spiedini a piacere, immergeteli nella pastella e friggete fino a quando saranno dorati. Riponete su della carta da cucina e servite caldi come antipasto, accompagnati con salse a piacimento.

L'olio extravergine è il re della cucina, certo, ma le olive non sono le uniche fonti di grassi **vegetali benefici per la salute** e gustosi in cucina. Ecco, secondo le ultime ricerche, la **top ten**: i 10 magnifici oli da mettere in tavola

LISCIO COME *l'olio*

di MONICA MARELLI

1 OLIO DI AVOCADO

È ottenuto dalla spremitura a freddo o dalla centrifugazione della polpa. Ricco di antiossidanti, che rallentano la "corrosione" cellulare, quindi l'invecchiamento. Essendo generoso in grassi saturi, l'olio extravergine di avocado ha un alto punto di fumo, il che lo rende particolarmente versatile: non solo è ottimo a crudo nelle insalate (occhio alla dose: ha un sapore più pungente dell'olio d'oliva), ma anche per la frittura.
Come gustarlo: in vinagrette, schiacciando mezzo spicchio d'aglio con 1 cucchiaio di yogurt greco e 1 di succo di limone, sale, pepe e infine 1 cucchiaio di olio d'avocado.

2 OLIO DI RISO

È estratto dal germe e dalla pellicola che riveste il chicco (lolla). A differenza degli altri olii vegetali, ha una buona percentuale di vitamina E e steroli vegetali, che hanno la virtù di abbassare il colesterolo cattivo e di svolgere un'attività antinfiammatoria: sostanze benefiche, però, mantenute solo nell'olio vergine spremuto a freddo.
Come gustarlo: adatto alla frittura, ma si perdono i suoi benefici. Bene per il dressing magari aromatizzato con aglio e rosmarino oppure nei dolci da forno perché il suo sapore delicato non si altera con la cottura.

3 OLIO DI COCCO

Al centro di numerose ricerche negli ultimi anni, è stato finalmente sdoganato e come tutti i grassi va consumato con moderazione. In particolare utile agli sportivi perché contiene una buona percentuale di trigliceridi a media catena, che provocano un rilascio di energia a lungo termine e aiutano a stimolare il metabolismo. Meglio acquistare quello bio e a spremitura a freddo della polpa, che conserva tutte le sue caratteristiche.
Come gustarlo: in padella per cuocere verdure oppure al posto del burro nelle ricette dolci. Ma anche per friggere patatine o fare i popcorn. Calcolare una dose del 25% minore rispetto agli altri grassi in quanto è costituito, nel suo peso, interamente da grasso.

4 OLIO DI GIRASOLE ALTO OLEICO

Molti lo hanno definito come il "nuovo olio evo" per la sua eccezionale resistenza al calore. Questo prodotto, infatti, si ottiene selezionando la frazione di grassi monoinsaturi, che sono appunto quelli più resistenti alla cottura. Le ricerche dimostrano che il suo punto di fumo supera i 200 gradi ed è più stabile (cioè non si decompone provocando la formazione di molecole tossiche) di quello di oliva e arachidi.
Come gustarlo: può essere un sostituto del burro nelle ricette dolci oppure per preparare una maionese molto delicata. Bene ovviamente per le fritture di pesce e verdure.

GETTYIMAGES

5 OLIO DI SEMI DI LINO

Deriva dalla spremitura a freddo dei semi. Particolarmente ricco di acido alfa-linoleico (il principale omega 3), sali minerali e proteine, si è rivelato un integratore eccezionale per combattere le infiammazioni e preservare l'equilibrio del sistema cardiovascolare. È anche un ottimo regolarizzatore dell'attività intestinale. Come gustarlo: va utilizzato a freddo per non compromettere le sue proprietà. Ideale con i ceci per la preparazione dell'hummus, a crudo nelle zuppe oppure per una colazione energetica insieme a cereali integrali, frutta fresca e yogurt.

6 OLIO DI CANAPA

Deriva dalla spremitura meccanica dei semi di cannabis sativa, ma niente paura: della molecola di Thc, quella che dà effetti stupefacenti, non vi è traccia. Ha un sapore che ricorda la nocciola e un profumo molto delicato. Contiene il giusto mix di omega 3 e 6 (un eccesso di uno rispetto all'altro sembra essere legato alla degenerazione cerebrale): ne basta 1 cucchiaio al giorno per coprire il fabbisogno di un adulto. Come gustarlo: sempre meglio a crudo, ma da provare in smoothie energizzante con 1 banana, 4 cucchiaini di olio di canapa, 1 yogurt alla frutta, mezza mela, 1 tazza di cavolo nero fresco, più a piacere cubetti di melone bianco o papaya.

7 OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVE TAGGIASCHE

Il Riviera Ligure Dop ha il primato della biodiversità con 400 cultivar diverse e, maggiore è la percentuale taggiasca, più è pregiato. Se poi arriva almeno al 90%, la menzione aggiuntiva è "Riviera dei Fiori". Queste olive regalano all'olio una bassa acidità e grande delicatezza, dal sapore fruttato e con leggera sfumatura di mandorla. Ricchissimo in grassi monoinsaturi, non incide sul colesterolo e favorisce la normale fluidità del sangue. Come gustarlo: anche se resiste molto bene alla frittura, è meglio gustarlo a crudo per apprezzarne le mille sfumature. Perfetto per semplici caserecce con pomodori, zucchine, capperi e, naturalmente, olive taggiasche.

8 OLIO DI SEMI DI VINACCIOLI

Si ricava dalla spremitura dei semi degli acini d'uva. Ha un elevato contenuto di omega 6 e di preziosi antiossidanti polifenoli (tra le loro virtù, contrastano la fragilità capillare) che però vengono distrutti immediatamente dal calore. Per questo è preferibile utilizzarlo a crudo e conservato in un luogo fresco. Come gustarlo: perfetto per condire il pesce: si completa in questo modo con l'apporto di omega 6, il cui equilibrio con gli altri omega, è fondamentale per la salute cardiovascolare.

9 OLIO DI NOCI

È uno dei più antichi oli in uso per le popolazioni mediterranee residenti in territori sprovvisti di alberi di olivo. Il migliore oggi in commercio è italiano (dal Piemonte e dalla Val d'Aosta), spremuto a freddo: questo metodo mantiene inalterate le qualità organolettiche e vanta un sapore delicato dal retrogusto dolce. È ricco di omega 3-6, utile quindi per integrare l'alimentazione di chi non mangia pesce. Ha proprietà antivirali e antibatteriche. Come gustarlo: a crudo, magari con l'aggiunta di limone e prezzemolo per le insalate oppure per condire un piatto di pasta con ricotta e pomodorini.

10 OLIO DI SEMI DI ZUCCA

In alcune regioni austriache e ungheresi, questo olio è considerato indispensabile, tanto da essere tutelato con il marchio IGP. Dal punto di vista delle proprietà, è un'interessante fonte di betasteroli, sostanze che aiutano a tenere sotto controllo il colesterolo e, per la loro somiglianza strutturale con il testosterone, si sono rivelate utili per migliorare i sintomi della menopausa, come vampate ed emicrania. Importante il contenuto di vitamina E, potente antiossidante. Come gustarlo: il suo sapore deciso ricorda quello delle nocciole. Non è adatto per la frittura, ma è ottimo per insaporire le insalate miste e i piatti a base di carne e uova, a cui regala un twist deciso.

il ristorante SEGRETO

È l'idea di una giovane chef cresciuta alla scuola veg di Pietro Leemann e coltivata nel tempo sospeso e **intimo** del lockdown. Servire **tête-à-tête** sulle sponde verdi dei laghi ticinesi. Immersi nel silenzio animato della natura per assaporarne appieno i suoi frutti

di FRANCESCA DAVOLI - foto di FABRIZIO CICCONI/PHOTOFOYER

Nel verde Ticino è da poco nato un ristorante nomade, con due soli coperti. Agnese Z'graggen – cuoca e food designer formatasi filosoficamente con lo chef Pietro Leemann e professionalmente con la visionaria Meret Bissegger – ne è l'ideatrice.

Il Ristorante segreto è il nome di un progetto dalle sfumature quasi oniriche, che nasce nel tempo sconfinato del lockdown, periodo nel quale Agnese ha avuto il privilegio di cucinare soprattutto per se stessa.

La Z'graggen è dal 2007 titolare di Officina del Gusto, un servizio di catering rivolto principalmente agli eventi culturali e alle strutture museali ticinesi, e in questa lunga pausa dal lavoro ha tastato con mano il valore di una

Sotto. Agnese Z'graggen presenta ai suoi ospiti il vino che accompagnerà i loro piatti, di ispirazione vegetariana e internazionale, ma preparati con prodotti locali. Nella pagina accanto. La chef nell'orto per la raccolta di verdure del giorno alla base della sua carte, speciale e diversa per ogni coppia.

POLENTA RESTYLING

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:
400 grammi di farina di mais o di grano (oppure farina di polenta bianca), 800 ml di acqua; *per la polenta rosa*: succo o polpa di barbabietola rossa; *per la polenta nera*: crema di sesamo nero; *per la polenta verde*: pesto di basilico.
PREPARAZIONE: versate l'acqua in una pentola e portatela a ebollizione. Aggiungete la farina o le farine, mescolando con un frustino o un cucchiaio di legno per evitare la formazione di grumi. Abbassate il fuoco e lasciate cuocere per almeno 40 minuti, rimescolando di tanto in tanto.
Versate in una scodella e lasciate raffredare. Separate quindi la polenta ancora tiepida in tre parti. Per la polenta rosa, amalgamatevi il succo o la polpa di barbabietola; per quella nera, la crema di sesamo nero; per quella verde, il pesto di basilico. Stendete i tre impasti ciascuno in una sua teglia e divertitevi poi a creare le forme che desiderate.
IL CONSIGLIO IN PIŪ: altri abbinamenti aromatici e cromatici da provare sono pesto di fiori di zucchina, maionese alla barbabietola, crema di cannellini alla rucola, purea di peperoni o di melanzane...

SPAGHETTI AL RISO VENERE E CREMA DI BARBABIETOLA

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:
200 g di noodles Black Rice (spaghetti Thai di riso venere), 300 g di bietole colorate, 4 barbabietole rosse, 200 g di cannellini cotti a vapore, olio d'oliva, rafano fresco.
PREPARAZIONE: preparate il succo di barbabietole aromatizzandolo a piacimento, tenendone da parte una da mixare poi con i cannellini. Completate la crema unendo i due composti. Cuocete i noodles.
Intanto tagliate le bietole e scottatele brevemente in acqua bollente. Conditele quindi con un filo d'olio d'oliva e del rafano fresco grattugiato.
Impiattate, disponendo sopra il letto di crema di barbabietole e cannellini un nido di noodles. Ultimate cospargendo tutto intorno le bietole in modo casuale.

"Parlo con la coppia e poi immagino il set perfetto, scegliendo il cibo e il luogo"

dimensione culinaria più intima, fatta di qualità e di piccoli gesti pieni di valore: da qui l'idea di trasformare questa appagante sensazione in un servizio da offrire.

«Sono una persona passionale e romantica», racconta, «e nella mia vita privata ho sempre coltivato il senso profondo della condivisione a tavola. Vivo in un luogo immerso nella natura, ed è anche grazie a questo personale privilegio che ho sviluppato un progetto volto a offrire non solo un buon cibo, ma anche contesti altamente scenografici. Il grande ispiratore di questa mia idea è stato Ito Ogawa, che con il suo romanzo *Il ristorante dell'amore ritrovato* ha confermato il tema dell'istinto, della condivisione, dell'innamorarsi, perdonarsi e ritrovarsi a tavola».

Il Ristorante segreto è rivolto principalmente alle coppie:

MINESTRA DI CAROTE ALLO ZENZERO

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:
6 carote medie, 1 radice di zenzero fresco.
PREPARAZIONE: pulite le carote e cuocetele in poca acqua salata. Lasciate raffreddare, passate nel mixer e aggiungete lo zenzero fresco grattugiato (quantità a piacere). Può essere servita tiepida o fredda a seconda delle stagioni.

CREMA PER ADDOLCIRE IL PALATO

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:
400 ml di latte di soia o altro latte vegetale, 200 ml di panna di riso o di cocco, 30 g di amido di mais, 5 g di vaniglia da bastoncino o 1 busta di vanillina, 150 g di zucchero di canna, 15 lamponi o altra frutta fresca di stagione.
PREPARAZIONE: in un pentolino amalgamate l'amido e la vaniglia in un goccio di latte fino a sciogliere completamente l'amido ed eliminare tutti i possibili grumi. Versate il restante latte e la panna di riso, aggiungete lo zucchero di canna, il succo e la scorza del limone, un pizzico di sale e portate il tutto a ebollizione, su fiamma medio-bassa, mescolando energicamente. Cuocete per un paio di minuti, spegnete poi il fuoco e fate intiepidire. Versate la crema nei contenitori, quindi lasciate raffreddare completamente prima di trasferirla in frigorifero per almeno un'ora. Trascorso il tempo di riposo, cospargete ciascuna porzione con mezzo cucchiaio di zucchero di canna e, con il cannello, caramellate fino a formare una bella crosticina bruna. Appena ben raffreddato, tagliate la frutta in piccoli pezzi o frullatela per ottenere un coulis, di seguito decorate a vostro gusto e servite.

A destra. Agnese insieme al proprietario di Ortobio, l'azienda biologica da cui si rifornisce regolarmente.

POLPETTINE DI FORMAGGIO AGRINO O BUSCIŌN

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:
300 g di formaggio fresco agrino o busciòn del Ticino (il nome deriva dalla forma che ricorda il turacciolo del vino), olive nere tritate, mix aromatico di basilico-origano-prezzemolo, rucola, pepe rosa e germogli di barbabietola tritati, scorza di limone.
PREPARAZIONE: formate delle polpettine rotonde e impanatele con i diversi colori: nero delle olive, verde del mix aromatico o della rucola, rosa di pepe e germogli, giallo della scorza di limone. Servite con un carpaccio di barbabietola di Chioggia o altre verdure crude al naturale.

Agnese, attraverso un contatto mail o una chiamata telefonica, riceve tutte le informazioni che le permetteranno poi di creare la situazione perfetta, insita nella scelta del luogo e del menù.

Nel decidere una serata di questo tipo i commensali entrano in relazione con i profondi valori legati alla bellezza dei contesti e alla qualità delle materie prime locali ticinesi che, nel rispetto della natura e della stagionalità, sono tutte provenienti da piccoli produttori bio e da negozi che offrono l'esclusività locale.

«Negli anni '90 mi trovavo a Milano e ho potuto vivere in prima persona il grande cambiamento culturale dovuto alla globalizzazione e alla presenza di molte etnie diverse, che hanno influenzato il mio approccio al cibo . In tutto questo l'incontro con Pietro Leemann mi ha aperto una finestra sulla macrobiotica, che si è amalgamata alle suggestioni speziate della cucina asiatica», ricorda la chef. «Quella che offro è una proposta prevalentemente vegetariana e vegana e in tal senso *Il Ristorante segreto* è come il mio scrigno, che viene aperto solo a coloro che desiderano approfondire nuove grammatiche culinarie e presentazioni, non solo riferite al paesaggio fisico ma anche a quello interiore». *officinadelgusto.ch*

La tavola giardino in centro città profuma di primavera. Tra fiori, ortaggi di stagione, cristalli e porcellane. A firmarla, Giorgia Fantin Borghi, autrice di scenografiche mise en place

di GIOVANNI BATTISTA SPARACIO

Fucsia, viola e giallo sono i colori dominanti dei fiori che Giorgia Fantin Borghi ha scelto in composizione con asparagi, carciofi e ravanelli, disponendo su vasi, alzatine e centrotavola preziosi. Sotto. Un dettaglio del set floreale tra rose inglesi, ranuncoli e garofani dall'effetto pittorico.

TARTARE DI FASSONA CON CUCUNCI

INGREDIENTI PER 6 PERSONE: 600 g di fassona, 16 cucunci, sale Maldon, 4 cucchiai di olio evo, fiori edibili.
PREPARAZIONE: tagliate la fassona a listarelle e formate dei cubetti di 5 mm, poi battete al coltello fino a ottenere una polpa. Salate, unite i cucunci, l'olio e amalgamate. Mettete in forma con un coppapasta e decorate con i fiori. Il trucco: togliete la carne dal frigo un'ora prima dell'uso, la renderà più morbida.
Ricetta di Vanessa Viscardi

invito OPEN AIR

RISOTTO ALLE ORTICHE CON TARTARE DI GAMBERONI, BURRATA E FIORI

INGREDIENTI PER 6 PERSONE: 400 g di riso Carnaroli, 1 kg di ortiche, 2 scalogni, 8 gamberoni, 1 burrata, 14 fiori edibili, 4 cucchiai di olio evo, 1 bicchiere di vino bianco, 1 noce di burro.
PREPARAZIONE: mondate e affettate a julienne gli scalogni. Farli appassire con tre cucchiai di olio a fuoco lento. Pulite (con guanti) e private del gambo le ortiche. Lavate e sbollentate in acqua salata. Scolate e frullate con un cucchiaio di olio. Utilizzate l'acqua di cottura per il brodo. Aggiungete il riso agli scalogni e fatelo tostare per pochi minuti. Sfumate con vino bianco, salate e continuate la cottura. Pulite i gamberoni e battete le code fino a ottenere una tartare. Prendete dal frigo la burrata, bucatela e lasciatela scolare. A metà cottura del riso, unite mezza dose di ortiche, il resto andrà una volta cotto insieme alla noce di burro per mantecare. Impiattate, adagiate sopra con un coppapasta la tartare e dopo la burrata. Decorate con i fiori.
Ricetta di Vanessa Viscardi

IORIS PREMOLI

FATE SEMPRE LE *bucce*

Evviva l'eco-pignoleria! Unitevi anche voi alla rivoluzione verde in dispensa al motto di **non si butta via niente.** Resterete sorprese dalla quantità (e qualità) di cose che potrete fare con quello che di solito finisce nell'umido...

di DÉSIRÉE PAOLA CAPOZZO

CAVOLFIORE

Che sia bianco, viola o verde, fiore e cimette si lasciano gustare in mille modi. Meno noto l'uso di torsolo e foglie: saltate entrambi in padella con olio, aglio e peperoncino, poi ricavatene una crema per condire la pasta.

CAROTE

Trovarle con le foglie è raro: non sprechiamo l'opportunità e proviamole crude nell'insalata o cotte in una zuppa. Lo strato esterno (ben lavato) si presta a soffritti e puree o, in abbinata a pistacchi, panna, latte, amido di mais, zucchero e cannella si trasforma in una dolce mousse.

PORRO

È il preferito di Lisa Casali: dalle parti verdi ne ricava lasagne, le radici le frigge in tempura. Al mattino prepara il succo "Passa la paura" con porro, ravanelli, mele e zenzero. Poi mescola lo scarto di questo centrifugato con del caprino e crea delle palline per l'aperitivo.

KIMCHI CON SCARTI DI CAVOLFIORE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 1 kg di foglie e torsoli di cavolfiore, 1 rafano grande, 4 cipolle, 4 cipollotti con la parte verde, 6 spicchi d'aglio, 1 tazza di sale, 1 cucchiaio di zenzero sbucciato, 4 cucchiai di peperoncino essiccato, 250 ml di salsa di pesce o di soia, 1/2 tazza di farina di riso.

PREPARAZIONE: tagliate foglie e torsoli a fettine sottili, metteteli in un contenitore con mezza tazza di sale e acqua fino a coprirne il contenuto. Sopra disponete un peso, in modo che tutto sia sommerso dalla salamoia. Fate riposare per un paio d'ore, massimo 12. Affettate sottilmente rafano, cipolle, cipollotti e tritate zenzero e aglio. Mescolateli in una ciotola con il restante sale e peperoncino, unite la salsa di pesce e fate riposare per mezz'ora. In un pentolino versate una tazza di acqua, unite la farina di riso e fate sobbollire a fuoco basso, mescolando finché non si addensa. Lasciate raffreddare e versate nella ciotola con il condimento. Scolate i pezzi di cavolfiore e uniteli al composto piccante, amalgamando. Aggiungete qualche cucchiaio di salamoia, quindi coprite con la pellicola per alimenti e con un peso sopra, in modo che sia ben isolato dall'aria. Gustate subito o conservate per 1-3 giorni a 10° per completare la fermentazione, poi conservatelo in frigo.

ECO GURU: LISA CASALI
Il suo nome fa rima con ecologia e gusto, come il suo stile di vita: per l'abito da sposa ha "riutilizzato" teli di lino usati per scolare la cagliata del formaggio. Se non la conoscete ancora, scopritela ne *Il grande libro delle bucce* (Gribaudo).

FAVE

La primavera è la loro stagione. I baccelli costituiscono il 70 per cento del prodotto. Nel libro le trovate protagoniste di ricette davvero entusiasmanti: alla griglia con salsa di senape, con lumache, omelette thai con baccelli al coriandolo e una speciale parmigiana con pomodoro, formaggio e basilico. Curiosissime, vero?

MELA

Fibre e antiossidanti rendono la buccia "la vera parte nobile del frutto". Da gustare in purezza o trasformata in chips candite, essiccata e conservata in un vasetto è perfetta per infusi e tisane depurative.

GETTYIMAGES / GRIBAUDO

SPAGHETTI DI ZUCCHINE CON PESTO AL LIMONE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 1 limone, 1 pugno di gambi di prezzemolo, coriandolo, menta, basilico, 4 zucchine, 1 spicchio d'aglio, 1 pugno di mandorle ammollate per una notte, peperoncino in polvere, olio evo, sale.
PREPARAZIONE: tagliate le zucchine in modo che sembrino spaghetti (potete usare lo spiralizzatore o, in alternativa, un pelapatate o una mandolina). Mettete in un'insalatiera e irrorate con il succo del limone e un pizzico di sale. Nel tritatutto frullate i gambi delle erbe aromatiche, le mandorle, l'aglio sbucciato, olio, sale, peperoncino e quattro cucchiai di acqua. Unite il composto agli spaghetti e mescolate. Decorate a piacere con foglioline di basilico e scorzette di limone.

PALLINE CON BROCCOLI E CECI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 80 g di ceci cotti, peperoncino piccante q.b., olio evo, sale, lo scarto di un centrifugato a base di broccolo, sedano e mela, 2 cucchiaini di maionese preparata con 100 ml di acqua di cottura dei ceci, 100 ml di olio di semi di girasole, 1 cucchiaino di gomma di xantano, 2 cucchiaini di senape, 1 pizzico di sale.
PREPARAZIONE: cuocete i ceci e tenete da parte l'acqua di cottura, in alternativa vanno bene anche quelli in scatola con il loro liquido. Montate l'acqua dei ceci con una frusta elettrica, versate l'olio a filo continuando a montare, unite il limone e proseguite fino a raggiungere la consistenza di una maionese. Aggiungete infine la gomma di xantano o un altro addensante per mantenerla stabile e terminate con senape e sale. Conservate al fresco. Schiacciate i ceci con una forchetta, unite la polpa di scarto del centrifugato, un cucchiaio di maionese di legumi, olio e sale e mescolate. Formate delle palline e disponetele su un vassoio, completate con un ciuffo di maionese e una spolverata di peperoncino.

ANGURIA

I semi sono ricchi di sali minerali: ricavatene germogli da mettere nell'insalata oppure tostateli e aggiungeteli a salse e frullati. La scorza, invece, può diventare un carpaccio: tagliate la parte bianca a fettine sottili e marinate con olio, aceto di mele, sale e pepe.

GLI ALLEATI TECH

GRANDI PRESTAZIONI
Il frullatore Wolf Gourmet con motore potente, manopola ultra-sensibile e 4 programmi preimpostati, distribuito da Frigo2000.

A TUTTO COLORE
Lo sbattitore a elica Swirl mescola più velocemente e in modo più uniforme, ha cinque velocità e la funzione boost, Russell Hobbs (45 euro).

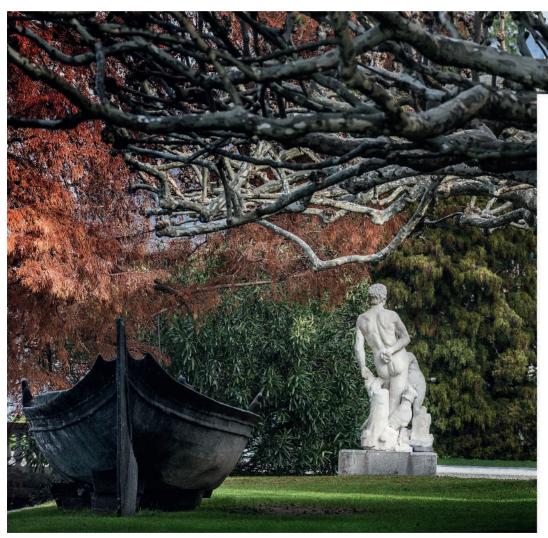
COME AL SOLE
L'essiccatore elettrico a 5 piani per preparare alimenti diversi in contemporanea, Tescoma (109 euro).

ELISIR DI BENESSERE
L'estrattore con il sistema di spremitura lenta, rispetta tutte le proprietà di frutta e verdura, Smeg (589 euro).

SENZA FUMO
La griglia Smokeless BBQ elimina l'eccesso di grasso che provoca i cattivi odori così da poter grigliare anche all'interno, George Foreman (99,99 euro).

à LA (VERTE) carte

Viaggio tra i gioielli dei **Grandi Giardini Italiani**, oasi di stupore e paradisi dei sensi. Sì, anche del gusto - come antica tradizione e moderna ospitalità vuole

a cura di ALESSANDRA PON

Villa Melzi d'Eril - Bellagio (Co)

Fu il duca di Lodi, Francesco Melzi d'Eril, a eleggere questo luogo come sede della sua residenza estiva, a inizio Ottocento, e a chiamare all'opera - destinata a diventare uno dei giardini più spettacolari d'Italia - i curatori del parco reale di Monza, che ricorsero a diversi espedienti per ottenere l'effetto ottico di ampliare gli spazi. Grazie all'amicizia personale con Napoleone, oltre a piante storiche e preziose come i cedri del Libano e i Gingko biloba, si trovano qui diverse statue egizie "bottino" della campagna in Egitto. Si raggiunge in battello, fermata Bellagio.

CONSOMMĒ IN CROSTA

INGREDIENTI PER 6 PERSONE: 4 lt di brodo di carne, 800 g di polpa di manzo, 1/2 gallina, 1 carota, 1 rapa, 1 cipolla steccata con 2 chiodi di garofano, 1 porro, 2 albumi, 1 uovo, 450 g di pasta sfoglia, 40 g di burro.
PREPARAZIONE: raccogliete in una pentola la carne, la gallina in pezzi, le verdure, il brodo tiepido e gli albumi. Portate a bollore mescolando con una frusta, quindi lasciate cuocere a fiamma bassissima per 2 ore e filtrate. Scaldate il brodo e distribuitelo in 6 zuppierine, il cui bordo esterno avrete spennellato con albume sbattuto. Stendete la pasta sfoglia e ricavate 6 dischi di diametro leggermente superiore a quello delle zuppierine. Spennellate i dischi con il tuorlo sbattuto con sale e pepe, poi sistemateli sulle zuppierine. Cuocete in forno già caldo a 190° per 20 minuti, finché la sfoglia sarà gonfia e dorata.

FRANCO PAPETTI / GIACOMO BIANCHI / ARCHIVIO GRANDI GIARDINI ITALIANI

Arte Sella Borgo Valsugana (Tn)

Un galleria di land art permanente e in continuo allestimento: in trent'anni artisti da tutto il mondo e dai più diversi linguaggi creativi hanno lasciato il loro segno, "consegnando" le proprie opere alla libera fruizione dei visitatori alias passeggiatori e all'imprevedibile corso e mano della natura, che le reinterpreta a ogni nuova stagione.

ZUCCHINE IN AGRODOLCE

INGREDIENTI PER 1 VASETTO: 1 kg di zucchine, 2 cipolle,.2 spicchi d'aglio, 1 cucchiaio e 1/2 di sale grosso, 2 bicchieri e 1/2 di olio, 2 bicchieri di aceto, 1 ciuffo di rosmarino, 4 foglie di basilico, 1 pizzico di origano, pepe qb.

PREPARAZIONE: tagliate le zucchine a cubetti. Aggiungete l'aglio, la cipolla, il rosmarino, il basilico e l'origano tritati finemente. Condite con sale, pepe, olio e aceto e mettete il composto in una pentola larga, portando il tutto a ebolllizione. Lasciate bollire per 10 minuti.
Versate il composto ancora caldo nei vasetti e capovolgeteli.
Le zucchine in agrodolce possono essere gustate dopo 3 mesi. La stessa ricetta può essere utilizzata per conservare altre verdure estive, da servire come antipasto con formaggi e salumi o come contorno sfizioso.

MERLUZZO, ASPARAGI E BAMBŪ

INGREDIENTI PER 2 PERSONE: 300 g di filetto di merluzzo, 6 asparagi, 2 germogli di bambù, 1 scalogno, 100 ml di vino bianco, 30 ml di aceto, 100 g di crema di latte, 15 pistilli di zafferano, salvia, aglio, farina, sale, burro, olio.

PREPARAZIONE: appassite lo scalogno a fiamma bassa, versando man mano il vino e l'aceto e facendo ridurre di un terzo. Unite la crema di latte e i pistilli, passati prima in poca acqua calda. Tenete da parte in caldo. Tagliate punta e gambo degli asparagi e lessateli velocemente, lo stesso fate con i germogli. Arrostite il merluzzo infarinato in padella dalla parte della pelle con olio, sale e aglio, poi una noce di burro. Spadellate asparagi e germogli. Servite con la salsa di zafferano calda e foglie di salvia fritte.

Labirinto della Masone - Fontanellato (Pr)

Il più grande labirinto verde al mondo è lungo circa tre chilometri, progetto ecumenico dell'editore e collezionista Franco Maria Ricci. Lasciata la corte di ingresso con glieleganti loggiati, ci si inoltra nel percorso fiancheggiato da pareti di bambù alte tre metri. Sono oltre 200mila le piante che compongono il dedalo iper-ossigenante (il bambù è noto per l'elevata capacità di fotosintesi), racchiuso in una pianta a stella. Per la sosta, altrettanto raffinata, il menù è firmato dagli stellati Fratelli Spigaroli.

PROFUMI DELL'ORTO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
200 g di ciascuna di queste verdure: patate, zucchine, ravanelli, broccoli, carote, pomodori ciliegini, funghi chiodini, cavoletti di Bruxelles; 1 cipolla rossa, indivia e misticanza da tenere crude, finger lime, prezzemolo e coriandolo qb; *per il chutney*: 200 g di patate rosse, 200 g di zucca, 60 g di cipolla bionda, 1 spicchio d'aglio, olio extravergine, brodo vegetale, senape, sale e pepe.
PREPARAZIONE: in un soffritto di cipolla e aglio cuocete le patate e la zucca a pezzetti, versandovi il brodo. Condite con sale, pepe e senape e passate nel passaverdure. Sbollentate tutte le verdure in acqua salata e scolatele. Componete il piatto con un coppa pasta: alla base adagiate il chutney di patate e, sopra, costruite "l'orto" con le verdure cotte e crude. Ultimate con l'olio e il finger lime.

Radicepura Giarre (Ct)

La particolarità di questo giardino sta nella sua origine non di prezioso annesso a residenza nobile, ma di vivaio professionale avvinto a collezione personale, quella del Cav. Venerando Faro, che per cinquant'anni ha coltivato e diffuso la flora mediterranea. Alle pendici dell'Etna il parco è ora un modello di coltura sostenibile (energicamente e idricamente autosufficiente) e di archeologia industriale con il Palmento immortalato da Francis Ford Coppola.

Si rende omaggio al melograno, introdotto qui nel '600 dai nuovi proprietari spagnoli

CASSATA DI MELOGRANO

INGREDIENTI PER 8 PERSONE:
1 bicchiere di sciroppo di melograno, 600 g di pasta di mandorle, 300 g di Pan di Spagna; *per l'impasto di ricotta*: 1 kg di ricotta di pecora, 350 g di zucchero a velo, 1 cucchiaino di gin, 100 g di cioccolato fondente a pezzetti, 150 g di pistacchi freschi tritati, canditi.
PREPARAZIONE: montate a crema la ricotta con lo zucchero e il gin e tenete in frigo. Stendete la pasta di mandorle tra due fogli di pellicola in un disco più grande della misura dello stampo (23 cm di diametro) e posizionatelo dentro, togliendo la pellicola superiore. Unite all'impasto di ricotta il cioccolato, i pistacchi e i canditi e versatelo nello stampo. Mettete sopra il Pan di Spagna, tagliando via l'eventuale bordo in eccesso. Bagnate con lo sciroppo di melograno. Richiudete il dolce con la pasta di mandorle che fuoriesce dallo stampo e sigillate aiutandovi con la pellicola. Riponete in frigo. Per servire capovolgete, togliete stampo e pellicola. Decorate a piacere con roselline fresche.

Giardini di Orazio - Castello di Mandela (Rm)

La dedica a Orazio allude al percorso, descritto dal poeta latino e da Lord Byron 1800 anni dopo, che conduce al punto panoramico tanto decantato sulla campagna romana. Ma non è l'unica gemma del Castello, che vanta anche un giardino pensile in stile arabo, al quarto livello della fortezza, e scorci di modello romantico, secondo la passione della coppia proprietaria, Alessandro Del Gallo e Giulia Bonaparte.

ALFIO GAROZZO / MARCELLO DI PACE / ARCHIVIO GRANDI GIARDINI ITALIANI

È la variante della celebre torta caprese, dedicata all'altro comune dell'isola, più ricco di giardini di limoni

Villa San Michele - Anacapri (Na)

"Voglio che la mia casa sia aperta al sole, al vento e alla voce del mare, come un tempio greco, e luce, luce, luce dovunque!". Così il suo creatore Axel Munthe, scrittore e medico di corte svedese, dichiarava l'intento con il quale progettò, tra fine Ottocento e primi Novecento, Villa San Michele, sul versante nord-est di Anacapri, a più di 300 mt a picco sul mare: una vista e architettura straordinarie abbracciate dal giardino, disegnato sulle rovine di un'antica villa romana e concepito da Munthe come un eccezionale microclima, dove piante della flora mediterranea coesistono con rarità da altri continenti e specie in via di estinzione (come la Kochia saxicola, sopravvissuta solo a Capri e Strombolicchio).

TORTA ANACAPRESE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE: 200 g di burro a temperatura ambiente, 150 g di zucchero semolato, 200 g di mandorle pelate, 100 g di cioccolato bianco, 1/2 bicchiere di succo di limone, 1 limone, 6 uova, zucchero a velo qb.

PREPARAZIONE: lavorate con le fruste elettriche (o la planetaria) burro e zucchero. Aggiungete la buccia del limone grattugiata e, mantenendo le fruste in azione, i tuorli delle uova. Quando il composto risulterà amalgamato, versate il succo di limone e continuate a girare. Unite il cioccolato bianco grattugiato e le mandorle tritate, infine gli albumi montati a neve e girate il tutto finché risulta compatto. Trasferite in uno stampo imburrato e livellate con una spatola. Infornate a 160° per 35-40 minuti. Lasciate raffreddare e poi spolverizzate di zucchero a velo. Servite da sola o accompagnata da una pallina di gelato alla vaniglia.

TORTA DI ROSE AL CIOCCOLATO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
per lo sciroppo di rose: 500 g di petali di rose, 1 lt di acqua bollente, 2 limoni grandi, zucchero qb; *per la torta*: 150 g di burro, 300 g di cioccolato fondente, 5 uova, zucchero qb.
PREPARAZIONE: mettete i petali di rose in un contenitore e versateci sopra l'acqua bollente con il succo dei limoni. Lasciare in infusione 24 ore, poi filtrate. Pesate il liquido, aggiungete il doppio del peso di zucchero e portate a ebollizione per non più di 5 minuti. Imbottigliate e riponetein frigo. Per la torta, sciogliete il burro e il cioccolato a bagnomaria. Montate i tuorli con lo zucchero, amalgamate tutto insieme e infine incorporate gli albumi montati a neve. Cuocete in forno già caldo a 180° finché si forma una bella crosticina. Lasciate raffreddare, poi versatevi sopra un poco di sciroppo di rose. Infine decorate coprendo di petali.

IL GREEN GRAND TOUR

Le delizie di questo servizio sono tratte da *Le ricette dei Grandi Giardini Italiani*, il network nato nel 1997dalla tenacia di Judith Wade e che oggi raccoglie oltre 140 destinazioni. Per informazioni sulle visite e per richiedere il volume: tel. 031 756211 e online *grandigiardini.it*.

Lo chiameremmo oggi un modello di riconversione architettonica: quando il conte Sigismondo Freschi, ai primi dell'800, divenne proprietario di quello che era un massiccio castello medioevale, fece realizzare un grande parco romantico inglobando i fossati di difesa, le collinette, le mura, le pietre della strada romana. Finale a sorpresa, all'uscita, si accede a un labirinto a forma di sole composto da piante di rose damascene, a fioritura esclusivamente primaverile, che nel punto ristoro si ritrovano come ingredienti sia in cucina sia nei prodotti beauty.

FRANCESCO GALIFFI / ARCHIVIO GRANDI GIARDINI ITALIANI

Tenuta San Leonardo Avio (Tn)

In origine, intorno all'anno mille, la tenuta nasce come monastero. E testimonianza ne sono rimasti i vigneti e le cantine che ancora oggi producono vini raffinati, di taglio bordolese, destinati a straordinaria longevità. La famiglia dei Marchesi Guerrieri Gonzaga, che ne sono proprietari - anzi, "custodi", come amano definirsi - l'ha popolata di magnifiche rose.

L'abbinamento non può essere che con il vino della Tenuta, un classico taglio bordolese

GALANTINA LEGGERA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 250 g di pollo macinato, 250 g di tacchino macinato, 50 g di salsiccia, 100 g di ricotta, 2 uova intere, 2 cucchiai di parmigiano grattugiato, 50 g di piselli freschi;
per la cottura: cipolla, sedano, carota e alloro.
PREPARAZIONE: amalgamate tutti gli ingredienti formando un salame che avvolgerete in un canovaccio pulito. Adagiatelo in una pentola con 2 litri di acqua insieme alla cipolla, il sedano, la carota e l'alloro a pezzetti. Fate cuocere per un'ora e poi lasciate raffreddare.
Tagliate quindi la galantina a fettine e servite tiepida accompagnandola con una salsa tartare o una maionese leggera fatta in casa, circondata da verdurine mignon lessate.

fiori COOLTURA

Sakura-table. Innesti floreali sbocciano su candide ceramiche, tra zuppiere Liberty e posate bouquet. Un delicato *corollario* per fior di spring party

di ANITA SCIACCA

Farfalle di ceramica, Vio's Shop (30 euro l'una).

Piatto della collezione Chinoiserie di Jasper Conran, Wedgwood.

Tazzina e piattino da tè, Gucci (280 euro il set da 2).

Posate con ramage gold, Argenteria Schiavon.

Piatto da torta, Villeroy & Boch (49,90 euro).

Tovaglioli ricamati a mano, Ibaba Rwanda.

Piatto *Blomst*, Royal Copenhagen (64,99 euro).

Piatto da dessert, Dior (80 euro).

Brocca dipinta a mano, Lobmeyr.

Piatto rettangolare, Emma Bridgewater (53 euro).

Zuppiera della linea *Primavera*, Ginori1735 (12.100 euro).

Bicchieri sabbiati a tinte pastello, Pols Potten (97 euro il set da 6).

IL VINO CHE HA *cambiato* IL VINO

Il Pinot Grigio Santa Margherita, icona d'eccellenza del Made in Italy enologico nel mondo, celebra i suoi primi 60 anni di successi.

Ogni giorno nel mondo vengono stappate migliaia di bottiglie di **Pinot Grigio Santa Margherita**. Un vino che ha saputo conquistare winelovers e celebrieties, ma soprattutto il favore del pubblico femminile, grazie alla sua inconfondibile freschezza e alla straordinaria capacità di abbinamento. La sua storia ha inizio verso la fine degli anni Cinquanta grazie alla brillante quanto rivoluzionaria intuizione del Conte Gaetano Marzotto, fondatore di **Santa Margherita**, che alla ricerca di un vino-novità capace di uscire dai cliché del passato, decise di vinificare per la prima volta in bianco le uve Pinot Grigio coltivate in quella che si sarebbe poi confermata la sua zona d'elezione: il Trentino-Alto Adige. Il risultato fu un bianco elegante, intenso, fresco e fruttato, unico nel suo genere. Il successo fu sorprendente quanto immediato: dal debutto sul mercato italiano nel 1961, al 1979 quando, incoronato "vino bianco migliore d'Italia", gli vennero spalancate le porte del grande mercato statunitense, dove si affermò in breve tempo come nuovo vino-icona. Ma se dopo 60 anni è ancora il vino più imitato e ricercato, lo si deve anche al fatto di rappresentare l'emblema di un approccio diverso e innovativo al buon bere conviviale. Un vino che sa essere un piacere, da condividere in diverse occasioni, non solo a tavola. Un'eccellenza, quella del Pinot Grigio Santa Margherita, da sempre in grado di stare al passo con i tempi e che, a distanza di 60 anni dal suo debutto, continua a dettare lo stile del vino bianco Italiano nel mondo.

Il Pinot Grigio Santa Margherita si presenta oggi in tutta la sua moderna duttilità: il colore giallo paglierino, il profumo pulito e intenso, le inaspettate note floreali, i richiami di agrumi e frutta a polpa bianca, la freschezza e la sapidità sempre perfettamente equilibrate, che preludono a un approccio gustativo delicato e stimolante al tempo stesso. Grazie alla sua armonia si rivela un vino estremamente versatile per abbinamento a cibi e situazioni diverse: è ideale sia per le occasioni di consumo informali, come aperitivi e brunch, sia per il tutto-pasto, insieme alla più classica cucina italiana, di mare o di terra, così come a quella esotica, etnica o fusion.

Siete genere urgenti e last minute o metodiche e organizzate? In ogni caso, non dimenticate il check degli spazi in auto e una borsa frigo. All'andata, per portare bevande e cibi freschi; al ritorno, per conservare fiori e frutta del vostro raccolto.

FESTA *di* PRIMAVERA

Riprendiamoci i riti antichi in armonia con le stagioni. Appena sarà possibile, celebriamo. La fine di un lungo inverno di paure, l'inizio di una *nuova* libertà

a cura di ALESSANDRA PON - styling di TARA SLOGGETT
foto di WARREN HEATH/BUREAUX

A marzo: mimose, fresie, ranuncoli, crochi, tulipani. Ad aprile: garofani, peonie, gelsomini, iris, gigli...

Come decorazioni, le uova dipinte sono un classico. Ma non limitatevi a variare i colori, sceglietele anche di dimensioni differenti: gallina, quaglia, anatra, piccione, tacchina... L'how to (*Egg décor*) vi aspetta a pag. 106.

Da sinistra e in senso orario. Per una festa a tema, sangrie di infusi di fiori e frutta. Composizioni e rampicanti in tavola. Macedonia di frutti di bosco e violette. Il coniglietto nero scaramantico. Nella pagina accanto. I formaggi serviti con miele e boccioli.

Le racchette da tennis vintage si trasformano in mini-treillage

Da sinistra e in senso orario. Anche il nostro pet deve partecipare alla festa. Recinzioni? Sì certo, ma rivestite di ricadenti fiorite! Le ortensie, anche leggermente fané, sono country-chic.

Se qualcosa di positivo il lockdown alla fine ci lascerà, sarà forse proprio una ritrovata ritualità, da spiriti e menti consapevoli e vigili al mutare degli eventi. "Uscire" si potenzia del gesto concreto, ma si declina in metafore: uscire dall'inverno per aprirsi alla primavera, uscire di casa per riconquistare la libertà di muoversi, uscire dalla terra spuntando come fiori per dichiararsi al mondo. Avremo bisogno, appena si potrà, di ridare una sacralità – laica o religiosa per chi crede, ma comunque gioiosa – a questo momento dell'anno, al rito di passaggio dal silenzio e torpore invernale alla primavera in cui tutto e tutti abbandonano il loro guscio, le difese e le paure, per andare verso qualcosa di nuovo, colti da insopprimibile ed evolutiva frenesia.

Cominciamo subito a prepararci per questo giorno, solenni nell'intento allegri nell'effetto. Il luogo dove celebrarlo, innanzitutto – quel prato che ricordiamo da bambine o quel-

TORTA DI BIANCO SVESTITA

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:
250 g di burro ammorbidito,
500 ml di zucchero semolato,
10 ml di essenza di vaniglia, 6 uova grandi,
1 kg di farina per dolci, 200 ml di latte,
25 ml di lievito in polvere,
2,5 ml di sale, 100 ml di acqua;
per la crema di burro: 100 g di burro ammorbidito, 350 ml di zucchero a velo setacciato, acqua tiepida;
per decorare: fragole, mirtilli, fiori eduli.

PREPARAZIONE: montate burro e zucchero con la frusta elettrica. Aggiungete le uova una alla volta e l'essenza di vaniglia. In una ciotola a parte setacciate insieme la farina, il lievito e il sale e poi uniteli al composto, continuando ad azionare la frusta e versando il latte. Mescolate fino a che è bello liscio. Trasferite in 4 stampi per dolci da 20 cm di diametro e cuocete in forno preriscaldato a 180° per 45-60 minuti.
Fate raffreddate completamente su una griglia.
Per la crema, sbattete il burro e lo zucchero a velo insieme, versando gradualmente l'acqua tiepida, quanto basta per ottenere una consistenza morbida da spalmare.
Sovrapponete le 4 torte dopo averle spalmate di crema, lasciandone un po' per rivestimento esterno. Decorate con le fragole, i mirtilli e i fiori a vostro piacere.

Le racchette da tennis di legno anni '60 si possono usare sia per le composizioni di fiori, ma anche come insoliti vassoi per servire cocktail o piccole porzioni (nella pagina accanto).

lo che raggiungeremo con una pedalata o, ancora più lente e contemplative, a piedi, ogni passo un profondo respiro e un giro di pensiero, come nella meditazione camminata del maestro Thich Nhat Hanh. Poi il modo di condividerlo: sarà il giorno in cui bruciare la maligna solitudine, il *fetiche* della separazione. Invitate, invitate chi più amate e non vedete da tempo: ognuno a portare qualcosa, come nelle cene tra amici o nei riti collettivi, qualcosa che si possa spezzare insieme, spiluccare l'uno dall'altro, gustare girovagando o distesi faccia al cielo. Intrecciate ghirlande – perché mai l'inverno ha le sue sulle porte e non la primavera? – inventate decori effimeri, lo spazio di un giorno, perché è primavera: ogni giorno ha la sua compiutezza e la sua sorpresa. Infine, non dimenticate la torta, la dolce non-conclusione, perché non arriverà alla fine del pasto, ma sarà la letizia-delizia d'impulso. Da cogliere, come un fiore, ubriachi di nuova libertà.

Per essiccare le ortensie, appenderle capovolte al buio per una settimana

CAVIAR GIAVERI:

Nel Blu dipinto di Blu...

La nuova confezione regalo dedicata alla tradizione

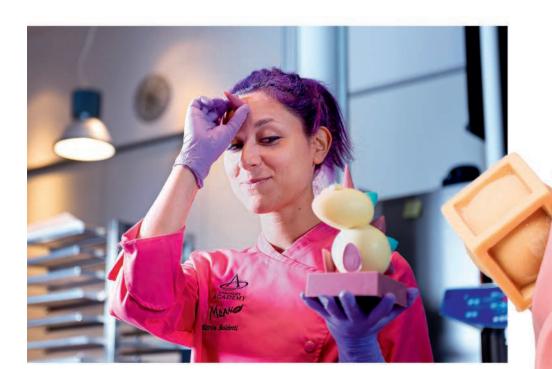
Un allevamento di storioni di dieci diverse specie, il parco storioni più vario del mondo: questa è l'Azienda Caviar Giaveri totalmente Made in Italy , una realtà a San Bartolomeo di Breda (TV), a pochi chilometri da Venezia.
L'Azienda è condotta da Jenny, Giada e Joys Giaveri, tre giovani imprenditrici che, con grande passione, continuano la tradizione di famiglia a fianco del padre Rodolfo. Alle tre sorelle si deve la scelta dei diversi packaging che caratterizzano questo prodotto così unico, quel particolare tocco femminile che lo differenzia da altre realtà italiane.
La nuova confezione Caviar Giaveri, dedicata alla tradizione italiana, ideata da Jenny Giaveri, si ispira all'iconica scatola originale utilizzata per la maturazione del caviale, che viene usata da secoli per la produzione dell'oro nero. Ancora oggi, per sublimare la sua qualità, il caviale viene prodotto in maniera artigianale e confezionato solo in questa speciale latta tradizionale che contiene circa 2 kg di caviale.

L'etichetta dedicata in abbinamento racchiude una esclusiva selezione di caviale Beluga Siberian e/o di Osietra: quest'ultimo con il tipico colore ambrato, note gustative marine e sfumature di noce coinvolge tutti i sensi con perfetti grani identici e croccanti e il duraturo gusto di raffinata delizia. Mentre il celebre Beluga Siberian con sfumature grigio brunastro e note gustative delicate, burrose e morbide, il meglio dell'eccellenza italiana.
Si possono scegliere diverse combinazioni: 30, 50, 100 e 200 grammi. Questa esclusiva confezione regalo, se riempita di ghiaccio, si trasforma in un originale porta caviale. Il packaging creato appositamente per Pasqua si può trovare (come le altre sette selezioni) nei formati preferiti nella boutique aziendale, in rete nella sezione " IDEE REGALO" oltre che presso le migliori enoteche, le più raffinate gastronomie in Italia e nel mondo.

www.caviargiaveri.com

Pink vs

Variazioni sul tema **uova di Pasqua**, trasformate in **opere d'arte** da due maestre della pasticceria. Bonus extra: **le ricette** da fare con il cioccolato che avanza. Se avanza...

di DÉSIRÉE PAOLA CAPOZZO

Il pallino per il rosa

«Una vita tra pasticceria e scrittura, tra una penna e una frusta», così si racconta Silvia Federica Boldetti, Callebaut chef alla Milano Chocolate Academy, prima donna Maestro AMPI e vincitrice del mondiale di pasticceria femminile *The Pastry Queen* nel 2016, autrice per una rivista di settore e che nel curriculum vanta due lauree e un romanzo. È innamorata del rosa, soprattutto nella sua declinazione più golosa: il ciccolato Ruby, lanciato in tutto il mondo dall'azienda Barry Callebaut, che ha visto in lei la testimonial perfetta per creatività ed estro e, forse, anche un po' per un'affinità di colore: «Anche se io i capelli li porto così da tanto», precisa Silvia ridendo.

Cos'ha di speciale Ruby?

«È una vera innovazione nel mondo della pasticceria, ed è

Sopra, a sinistra. Un ritratto giocoso di Silvia Federica Boldetti con i suoi unicorni. A destra. L'uovo di Pasqua dalle linee plastiche realizzato con il cioccolato Ruby.

MATTEO CAVALLERI

dark

Sopra, a destra. Simona Solbiati nel suo laboratorio in via Ruggiero Settimo 4, a Milano. A sinistra. L'uovo fondente con inserti di bianco e un delicato fiore al latte.

Intensa come il nero

Studi artistici, grande sensibilità per l'eleganza e l'armonia delle forme e un amore innato per il cioccolato e la cucina. Passione che Simona Solbiati inizia a sfogare creando in casa cioccolatini da regalare agli amici... Fino al 2009, quando la voglia di creare prende il sopravvento e, con la consulenza di un maître chocolatier, apre il suo laboratorio artigianale a Milano. Chi, meglio di lei, può raccontarci quali sono le caratteristiche che rendono speciale il cioccolato nero?

Come si riconosce un fondente di qualità?

«Deve avere una consistenza croccante, spezzarsi senza fare briciole o polvere, un aspetto lucente, senza ombre e un colore uniforme, privo di macchie bianche sulla superficie, striature, bolle d'aria, opacità e granuli».

Quali sono le proposte Solbiati per la Pasqua 2021?

«Ho creato una collezione molto ampia per soddisfare le aspettative di grandi e piccini. Dalle uova tradizionali impreziosite con piccoli decori a tema romantico, ai soggetti pasquali più richiesti tra coniglietti, galline e altri animaletti, c'è l'imbarazzo della scelta! Non ho tralasciato forme più moderne e geometriche.

considerato a tutti gli effetti una categoria di cioccolato accanto a bianco, latte e fondente: il suo colore è naturale e deriva da un processo di lavorazione che lascia intatta la tonalità della fava di cacao dal nome, appunto, Ruby. Il suo sentore dolce e acidulo si sposa bene con frutta fresca e secca, mascarpone, formaggi spalmabili. E poi è unico perché ha dato colore in un mondo in cui dominavano solo due toni, il marrone e il bianco».

Terreno fertile per le tue ultime creazioni...

«Sì, ho voluto ribaltare l'idea dell'uovo classico liscio, impettito e serioso, creandone uno che uscisse dagli schemi, dotato di movimento, morbido, sinuoso, giocoso e mai monotono: un aspetto edonistico e plastico che amo molto».

Il colore naturalmente rosato e il gusto fruttato di Ruby regalano un'esperienza sensoriale inedita

La tua Pasqua da bambina?

«Aprire l'uovo era una meraviglia, una magia perché non avevo la più pallida idea di come fosse stato realizzato! Peccato arrivassero poi genitori a centellinarmi il cioccolato...».

La sorpresa che vorresti trovare oggi nell'uovo?

«Un messaggio, una meditazione, un invito a ritrovare il contatto con noi stessi, sempre troppo presi dalla frenesia del quotidiano. Credo che il lockdown sia stata un'occasione irripetibile per dedicare un po' di tempo alle cose importanti, ma forse non l'abbiamo capito o sfruttato a dovere. Ecco, un biglietto così: "Fermati un attimo, pensa a te, a cosa ti rende felice"».

Progetti futuri?

«Con Barry Callebaut stiamo lavorando sul *wholefruit chocolate*: un cioccolato ottenuto da un ingrediente solo, cioè il frutto del cacao al 100 per cento, una vera eccellenza».

Da provare! (*silviafedericaboldetti.com*)

FRESH CHEESECAKE CUP

INGREDIENTI PER 8 CUP:
per il crumble: 75 g di farina, 10 g di farina di mais, 50 g di burro,
40 g di zucchero, 100 g di cioccolato Ruby,
40 g di amaretti sbriciolati;
per la crema al formaggio:
60 g di zucchero a velo, 70 g di burro,
200 g di formaggio spalmabile;
per decorare: frutti rossi e mini meringhe.

PREPARAZIONE: preparate il crumble impastando velocemente le farine, il burro e lo zucchero e riponete in frigo a raffreddare se risulta troppo morbida. Una volta freddo, spezzettate a mano e fate cuocere in forno a 160° per circa 12 minuti, poi fate raffreddare. Sciogliete il cioccolato Ruby e amalgamate con il crumble e la granella di amaretto e riponete in frigo. Per la crema: ammorbidite il burro a pomata e montatelo con il formaggio e lo zucchero a velo. Prendete un bicchierino di vetro non troppo profondo o delle coppette in cioccolato, mettete uno strato di crumble sulla base, riempite con la crema al formaggio, spatolate a filo e decorate con frutti rossi e meringhette.

Da sinistra. Per i più piccoli c'è l'unicorno bianco e rosa. Omaggio alla femminilità, il vaso di tulipani marmorizzato.

MATTEO CAVALLERI

Sotto. Simpatiche paperelle e gallinelle decorano la Pasqua firmata Solbiati.

Particolarità della collezione è la personalizzazione: da monogrammi decorati a mano su indicazione del cliente alla possibilità di inserire una sorpresa su richiesta».

La tua Pasqua da bambina?

«Amavo colorare le uova sode con mia madre e fare i lavoretti a scuola perché così potevo esprimere la mia creatività».

La sorpresa che vorresti trovare nell'uovo?

«Quest'anno più che mai, il contatto umano».

Suggerimenti per abbinamenti ideali con il fondente?

«Peperoncino, caramello, menta, rum, arancia... l'elenco potrebbe continuare all'infinito. In laboratorio da noi realizziamo anche un'esclusiva linea di praline salate in cui combiniamo il cioccolato fondente con ingredienti inusuali come il peperone al miele di lavanda, la cipolla rossa di Tropea caramellata o una ganache al tartufo bianco».

Gli errori più comuni che facciamo quando lavoriamo in casa con il cioccolato?

«Il nemico principale del cioccolato è l'umido, quindi anche scioglierlo nell'acqua a bagno maria è una procedura non così semplice come può sembrare: se il cioccolato si dovesse bagnare anche leggermente con qualche gocciolina di acqua, non si riuscirebbe più a temperarlo in quanto la massa magra del cacao si separerebbe da quella grassa. La temperatura, poi, non deve superare i 42° per poi essere portata a 32° in caso di cioccolato fondente: così si evita che, raffreddandosi, diventi biancastro per la salita in superficie del burro di cacao».

Idee veloci per riutilizzare il cioccolato?

«Scioglietelo con un po' di latte o panna per una golosissima cioccolata calda oppure per una fonduta con la frutta fresca o candita». Che voglia... (*solbiaticioccolato.it*)

Croccante e lucido, intenso e profumato, il cioccolato nero ha anche il pregio di essere il meno calorico

CROSTATA FONDENTE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:
per la frolla: 250 g di farina, 150 g di burro freddo, 80 g di zucchero, 3 tuorli, un pizzico di sale;
per la crema: 120 g di zucchero, 35 g di fecola, 150 g di cioccolato fondente, 40 g di burro, 500 ml di latte.

PREPARAZIONE: preparate la pasta frolla incorporando la farina con burro, zucchero e tuorli. Lavorate velocemente fino a far diventare il composto omogeneo e morbido, formate un panetto, avvolgetelo con della pellicola alimentare e lasciatelo riposare per 40 minuti in frigorifero. Preparate la crema: in un pentolino mescolate lo zucchero e la fecola, mettete sul fuoco a fiamma molto bassa, versate il latte poco alla volta e portate a ebollizione. Togliete dal fuoco, aggiungete il cioccolato e poi il burro, mescolando delicatamente fino a ottenere una morbida crema. Prendete la frolla dal frigorifero, stendetela, tenendone da parte un po', e usatela per foderare bene una teglia per crostate. Versate sopra la crema e, se volete, con il resto della frolla ricavate delle strisce o decorazioni a piacere, da disporre sulla superficie. Fate cuocere in forno già caldo a 165° per circa 40 minuti.

RITMO *classico* *o note* POP?

Andante mosso di *assolo di cioccolato* dal fondente al latte, allegretto di granella e frutta secca o session di colore e bending esplosivi: a ognuno la sua eat&playlist preferita

di ANITA SCIACCA

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sinfonie di cioccolato

1. Graffiato l'uovo di raro cioccolato al 72 % di massa di piantagione del Madagascar, Luigi Biasetto su *MyMenu.it*. **2.** Mini l'uovo pralina di cioccolato bianco con croccante e pistacchio, Pierre Marcolini (da 3,20 euro). **3.** Su piedistallo le uova rigate al fondente e al latte, La Pasqualina (41 euro). **4.** Ricoperto l'uovo di cioccolato e granella di pistacchio, Gay Odin (45 euro). **5.** Come uno scrigno l'uovo di cioccolato al latte Gran Nocciolato interamente rivestito al suo interno da nocciole Piemonte Igp, Venchi (100 euro). **6.** Firmato l'uovo di cioccolato al latte Guido Gobino per Armani/Dolci. **7.** Sorpresa golosa l'uovo di cioccolato al latte con coniglietti, Fortnum&Mason (23,58 euro). **8.** Edizione Limitata l'uovo di Tortora di cioccolato al latte finissimo racchiude la nocciola tonda gentile trilobata d'Alta Langa immersa nel Gianduia, AT Patissier (120 euro). **9.** Deciso l'uovo della collezione Excellence all'85% Cacao, Lindt (14,99 euro). **10.** Tradizionali le uova di cioccolato dell'Enzo, Pasticceria Martesana (22 euro).

Golose improvvisazioni

1. Pittorico l'uovo Dripping di cioccolato Extra Bitter 63% Blend di varietà aromatiche di selezionati cacao del Centro e Sud America, Guido Gobino. **2.** Di design l'uovo trasparente da riempire con frutta secca, essiccata e cioccolato, Noberasco 1908. **3.** Da condividere l'uovo di cioccolato bianco extra spesso con all'interno praline miste, Hotel Chocolat (34 euro). **4.** Divertente l'uovo di cioccolato al latte con topolino, Gli Speziali di Cologna Veneta. **5.** Da mordere il piccolo coniglietto di cioccolato bianco, Pierre Marcolini (9,90 euro). **6.** Di rosso vestito l'uovo fondente extra 70% con lamponi, fragole, ciliegie e...cremini, Amedei (45 euro). **7.** Imperiale l'uovo di cioccolato fondente decorato, Marchesi 1824. **8.** Floreale l'uovo di cioccolato fondente con decori fatti a mano in glassa di zucchero, Gay Odin (10 euro). **9.** Per i più piccoli l'uovo Minions realizzato con cioccolato al latte, Pasticceria Clivati (da 20 euro). **10.** D'artista l'uovo di cioccolato al latte o fondente colorato, Bodrato (15 euro). **11.** In rosa l'uovo di cioccolato Ruby, Záini Milano (40 euro). **12.** Da conservare l'uovo di latta ripieno di ovetti di cioccolato misti, Neuhaus (22 euro).

Norbert Niederkofler
Ideatore della filosofia *Cook the Mountain* – una cucina basata esclusivamente sulla biodiversità di montagna, con materie prime locali e stagionali – lo chef tristellato del celebre St. Hubertus di San Cassiano (Bz), ristorante dell'esclusivo 5 stelle Rosa Alpina, nel 2020 ha ricevuto anche la stella verde Michelin, simbolo dell'impegno alla sostenibilità. Nella foto a lato è con Valentin Innerhofer, contadino a Riscone/Brunico, che rifornisce di ortaggi ed erbe il ristorante. *st-hubertus.it*

STAR *nell'*ORTO

Sono gli chef stellati a km 0, che non hanno paura di sporcarsi le mani e vivono con la terra **un vero rapporto d'amore**. Una liaison che si rispecchia nei loro piatti: sani, colorati, sostenibili. E tra frutti, semi, fiori e ortaggi si riscrivono le regole della *haute cuisine*

di GLORIA GHIARA

Christoph Bob
Da Amburgo al ristorante stellato Il Refettorio dell'hotel Monastero Santa Rosa di Conca dei Marini (Sa). Innamorato di questa terra baciata dal sole, dei suoi sapori e dei suoi profumi, lo chef utilizza in modo sapiente, per le sue interpretazioni creative dei piatti di tradizione della Costiera, frutta e verdure di stagione degli orti bio terrazzati, allestiti dietro il Monastero. *monasterosantarosa.com*

Ludovico De Vivo
Eclettico chef di Capofaro Locanda & Malvasia dell'isola di Salina (Me), membro Relais & Châteaux, guida gli ospiti in un percorso di gusto ed etica che passa dal concetto di "Chilometro corto": un sistema di orti che segue il mare e le stagioni fornisce il 70 per cento dei vegetali usati in cucina. Il grano antico per il pane e la pasta e altri prodotti genuini provengono invece dalla tenuta Tasca di Regaleali. *capofaro.it*

RAPA BIANCA E PUNTARELLE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE: 1 rapa bianca di tipo daikon o rettica di medie dimensioni oppure 3 rape nere ramolaccio, 1/2 lt di succo di mela cotogna ottenuto estraendo a caldo il succo di 5 mele cotogne e riducendo della metà il liquido; *per la cottura delle rape:* 2 cucchiai di burro, 4 cucchiai di zucchero di canna, sale, olio extravergine; *per le puntarelle:* 1 punta di puntarella a persona tagliata a fettine sottili, 1 pizzico di peperoncino, sale, olio.
PREPARAZIONE: bollite le rape o il daikon tagliato a tronchetti in acqua salata per 5 minuti, disponeteli su una placca e condite con sale e un filo di olio. Cucinate in forno a 210 ° per 5 minuti da un lato e 4 minuti dall'altro. Spolverate un lato con la metà dello zucchero di canna e del burro e cucinate sempre in forno a 200° per 4 minuti. Girate, condite con quel che resta di zucchero e burro e proseguite la cottura per 4 minuti. Trasferite in una padella possibilmente di rame o di alluminio pesante e aggiungete progressivamente il succo di mela cotogna fino a ottenere una consistenza di glassa della salsa. Terminate la cottura quando le rape risulteranno cotte in maniera omogenea. Sbollentate pochi istanti le puntarelle tagliate e conditele con peperoncino, olio e sale. Affettate le rape e servite con le puntarelle e la salsa ridotta di cotogna.
Ricetta del ristorante L'Argine a Vencò - Chef Antonia Klugmann

Antonia Klugmann
Dalle vetrate delle sale del suo ristorante, L'Argine a Vencò, a Dolegna del Collio (Go), gli ospiti possono osservare l'orto e la natura. E proprio l'orto e i boschi circostanti danno il menù della chef, sempre stagionale e sostenibile, a base di ortaggi, semi, frutti e fiori, con un attento bilanciamento di ingredienti animali e vegetali e una grande attenzione a contenere gli sprechi. *largineavenco.it*

BENEDETTO TARANTINO/ FRANCESCO ORINI/ MATTIA MIONETTO

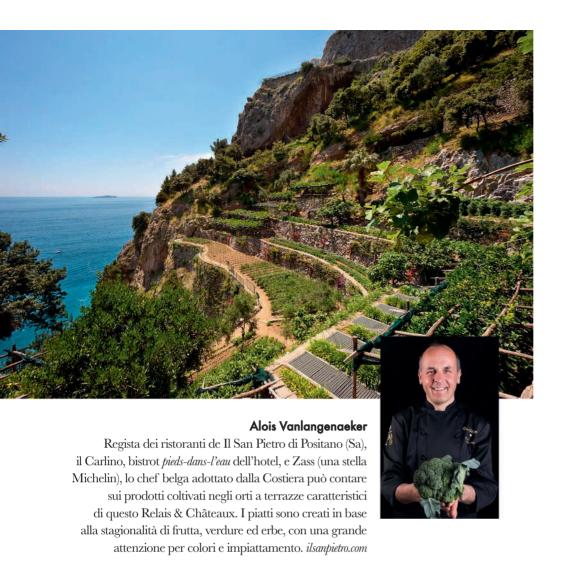
Mariangela Susigan
Fresca stella verde Michelin con il suo Gardenia, nel borgo medievale di Caluso (To), la chef fonda la sua cucina moderna sul concept "dall'orto al piatto" e sulla sorpresa del presente. Gli aromi delle erbe selvatiche, i colori dei fiori, il carpe diem del magnifico orto danno vita a un'idea di ristorante *potager*, dove gustare il territorio attraverso pietanze semplici ed eleganti. *gardeniacaluso.com*

Mauro Colagreco
Per il celebre tristellato del Mirazur di Menton, Relais & Châteaux in Costa Azzurra, il legame tra orto e cucina è fondamentale, tanto da coinvolgervi anche la brigata, di sala e cucina. Nei suoi orti convivono specie mediterranee accanto ad altre antiche o in pericolo, da diverse latitudini del mondo. Ed è proprio lo sguardo sulla natura e sulla diversità a ispirarlo e a rivelarsi nei suoi piatti. *mirazur.fr.*

Juan Camilo Quintero
Un progetto di agricoltura sociale, nato per migliorare la vita di ragazzi con disabilità, si unisce alla realtà del Relais & Châteaux Borgo San Felice, tra le colline del Chianti classico senese. La collaborazione con il ristorante Gourmet Poggio Rosso, una stella Michelin, e l'Osteria del Grigio, assicura allo chef Juan Quintero materie prime a km 0: le verdure di stagione, le erbe aromatiche e le uova delle galline dell'Orto e dell'Aia Felice sono gli ingredienti principe nelle sue ricette. *borgosanfelice.it*

RAVIOLI DI ORTICHE E BORRAGINE, SEIRASS FUMÉ, MALVA E CALENDULA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
per l'impasto dei ravioli: 200 g di farina 0 biologica, 2 uova;
per il ripieno: 200 g di borragine, 200 g di ortica, 200 g di malva, 10 g di maggiorana, 100 g di olio extravergine, 50 g di toma di pecora grattugiata, 2 pizzichi di sale fino, 40 g di sale grosso;
per il seirass: 100 g di seirass fresco, 1 punta di cucchiaino di semi di cumino, 1 cucchiaino di petali di malva e1 di petali di calendula essiccati, 8 fiori di malva.
PREPARAZIONE: disponete la farina a fontana, rompete le uova al centro, impastate raccogliendo gradualmente la farina. Lavorate l'impasto per qualche minuto, avvolgetelo con la pellicola trasparente e lasciatelo riposare per 30 minuti in frigorifero.
Per il ripieno: mondate, lavate e scolate le foglie di ortica, malva e borragine, tagliatele grossolanamente. Fate cuocere in abbondante acqua salata, scolatele e raffreddatele rapidamente in acqua ghiacciata. Scolate nuovamente e strizzatele bene.
In un mixer a bicchiere frullate le erbe e la maggiorana versando gradualmente l'olio fino a ottenere un pesto consistente; condite con sale fine e toma di pecora grattugiata. Riponete in frigo.
Per il seirass: tritate i semi di cumino e sbriciolate i petali di malva e calendula; aggiungeteli al seirass, lavoratelo con poco olio extravergine e allargatelo con un cucchiaio in un piattino.
Per i ravioli: stendete la pasta all'uovo in fogli sottili, tagliate in quadrati di 4x4 cm, con una sac-à-poche distribuite il pesto di erbe e formate dei tortelli. Portate a bollore una pentola di abbondante acqua salata, cuocete i tortelli per 2 minuti, scolateli e conditeli con olio extravergine. Decorate i quattro piatti con il seirass, distribuite i tortelli e guarnite con i fiori freschi di malva.
Ricetta del ristorante Gardenia - Chef Mariangela Susigan

MATTEO CARASSALE/ STEFANO SCATÀ

INSALATA DI VERDURE DEL NOSTRO GIARDINO COTTE E CRUDE

PREPARAZIONE: tagliate la verdura a rondelle. Per ciascun piatto: 3 rondelle di carota, 3 di zucchina verde e 3 di zucchina gialla, 3 di pomodoro confit, 3 di bietola rossa, 3 di zucca, 3 di rapa bianca a pezzi più grossolani, cavolo verde e bianco, finocchio, fave, piselli, asparagi verdi e bianchi. Cuocete tutto a pentola scoperta e a fiamma viva in abbondante acqua bollente salata; scolate al dente. Cuocete a parte le bietole rosse, con la pelle. Condite con un'emulsione di acqua, miele, pepe nero, aceto bianco, alloro e timo, sale.
Ricetta del Relais & Châteaux Il San Pietro di Positano - Chef Alois Vanlangenaeker

Alois Vanlangenaeker
Regista dei ristoranti de Il San Pietro di Positano (Sa), il Carlino, bistrot *pieds-dans-l'eau* dell'hotel, e Zass (una stella Michelin), lo chef belga adottato dalla Costiera può contare sui prodotti coltivati negli orti a terrazze caratteristici di questo Relais & Châteaux. I piatti sono creati in base alla stagionalità di frutta, verdure ed erbe, con una grande attenzione per colori e impiattamento. *ilsanpietro.com*

Alfonso ed Ernesto Iaccarino
Nella parte più selvaggia della Penisola Sorrentina, a punta Campanella, lo chef Alfonso guida l'azienda agricola bio Le Peracciole. Qui produce la maggior parte degli ortaggi, un pregiato extravergine e il celebre liquore di limoni che rendono speciale la cucina mediterranea d'autore firmata dal figlio Ernesto al Relais & Châteaux Don Alfonso 1890 di Sant'Agata sui Due Golfi (NA), il 2 stelle Michelin premiato anche con la stella verde. *donalfonso.com*
Nel 2014 i 580 associati Relais & Châteaux hanno firmato all'Unesco, a Parigi, il Manifesto con cui si impegnano ad adottare comportamenti etici e sostenibili in cucina, privilegiando, tra le altre cose, stagionalità e km 0, e spesso provvedendo con un orto alle proprie necessità. *relaischateaux.com*

Pietro Zito
«Non c'è ristorante senza orto» secondo lo chef contadino di Antichi Sapori, a Montegrosso (Andria, Bt). "Orto Mio" è il grande giardino biodinamico dove ha reimpiantato anche cultivar dimenticate e dove gli ospiti possono raccogliere le verdure che faranno parte del loro stesso pranzo. *pietrozito.it*

INSALATA DI FAVE FRESCHE CON AGLIO NOVELLO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 300 g di fave novelle tenere già pulite, 200 cl di aceto di vino bianco, 200 cl di olio extravergine, 1 aglio novello, sale fino marino, gambi di prezzemolo.

PREPARAZIONE: fate bollire circa 2 litri d' acqua leggermente salata, versatevi 100 cl di aceto di vino bianco e le fave novelle e lasciatele cuocere finché non iniziano a spaccarsi. In un tegame basso e grande mettete l'olio con la restante parte di aceto, aggiungete l'aglio e i gambi di prezzemolo finemente tritati e lasciate insaporire. Colate le fave, unitele subito al pesto di olio profumato, correggete eventualmente di sale, coprite e lasciate raffreddare. Servite come entrée abbinata a un pecorino canestrato fresco, oppure come contorno.

Ricetta del ristorante Antichi Sapori - Chef Pietro Zito

Enrico Crippa
Il tristellato chef del ristorante Piazza Duomo di Alba (Cn) ha una vera passione per il mondo vegetale e si reca ogni giorno nel suo orto biodinamico, uno tra i più famosi d'Italia, ai piedi dell'azienda vitivinicola Ceretto. Una serra e un appezzamento dove coltiva e raccoglie personalmente ortaggi, erbe e fiori che diventano protagonisti dei suoi piatti, con una particolare attenzione ai cromatismi. *piazzaduomoalba.it*

Angelo Pumilia

Icona della Foresteria Planeta, suggestivo wine resort immerso nelle campagne di Menfi (Ag), il Giardino degli aromi custodisce circa 50 specie di profumatissime erbe aromatiche, poste al centro del menù del ristorante: lo chef presto avrà a disposizione anche un grande orto, dove saranno coltivate le varietà più tipiche della tradizione gastronomica locale. *planetaestate.it*

FUSILLI CON BATTUTO DI POMODORI, MAZZANCOLLE E ROSMARINO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 400 g di fusilli trafilati al bronzo, 400 g di pomodori, 4 mazzancolle grandi, 4 cime di rosmarino, 1 spicchio d'aglio, olio extravergine di oliva Planeta, peperoncino Panca a piacere.
PREPARAZIONE: mettete sul fuoco una pentola piena d'acqua e, una volta arrivata a bollore, immergetevi i pomodori dopo averli incisi alla base. Lasciateli in acqua per pochi secondi, scolateli e immergeteli in acqua ghiacciata. Questo procedimento permetterà di eliminarne la pelle con facilità. Dopo averli spellati e privati dei semi, tritateli grossolanamente. In una padella a fiamma bassa fate sudare lo spicchio d'aglio in camicia, il peperoncino Panca e le cime di rosmarino. Unite le mazzancolle sgusciate, preventivamente salate e tritate al coltello e spegnete immediatamente il fuoco. Aggiungete i pomodori tritati, aggiustate di sale e mantecate con i fusilli cotti al dente. Decorate con rosmarino fresco tritato appena raccolto.
Ricetta del ristorante della Foresteria Planeta - Chef Angelo Pumilia

Michelangelo Mammoliti

La cucina bistellata dello chef di La Madernassa Ristorante & Resort di Guarene (Cn) riflette ciò che trova nell'orto: autoprodursi ciò di cui ha bisogno è alla base del risultato estetico e organolettico che fanno dei suoi piatti un'eccellenza delle Langhe e d'Italia. L'orto, a pochi metri dalla cucina, e la grande serra sono curati giornalmente dallo chef e dalla sua brigata. *lamadernassa.it*

the COOKbook

Gli ortaggi preferiti e i consigli very smart degli chef per **coltivare a casa ortaggi ed erbe aromatiche.** Et voilà: dall'orto sul balcone alla tavola, la freschezza è servita!

di GLORIA GHIARA

ENRICO CRIPPA
Piazza Duomo

«Sfruttate il balcone dalla primavera inoltrata e fino ai primi freddi. Quali ortaggi coltivare? Pomodori, melanzane, zucchine, peperoni, carote, rucola, lattuga, basilico, fragole ed erbe aromatiche. Per la carota prediligete un vaso rettangolare e profondo almeno 35 cm, per dar modo alle radici di crescere.
Il peperone, invece, necessita di un vaso di 30 cm di profondità e circonferenza: trapiantate in un terriccio mescolato a stallattico, ponete a pieno sole e innaffiate di frequente. Per lattughe e insalate a foglia in generale, trapiantate le piantine lasciando fuori il colletto, in un vaso largo e profondo almeno 20 cm e innaffiate solo quando la terra è secca. L'esposizione migliore è sole pieno al mattino e pomeriggio all'ombra.
Per il basilico servono un vaso rettangolare e terriccio universale: seminate a spaglio e ricoprite con altro terriccio, mantenete il terreno umido, ponete al sole la mattina e all'ombra al pomeriggio»

CHRISTOPH BOB
Il Refettorio

«I miei ortaggi preferiti vanno di pari passo con le stagioni. In primavera: carciofi, asparagi, morchelle. In estate: melanine e pomodori gialli. In autunno: topinambur, rapa bianca, verza»

VITTORIA KLUGMANN
L'Argine a Vencò

«Si può sfruttare il terriccio soffice dei vasi sul balcone per una coltivazione anticipata di radicchietto da taglio, tipo zuccherino di Trieste, con un telo protettivo sui semi nella fase iniziale e l'accortezza di non lasciarli mai asciutti. Anche lattughino e mitzuna possono essere coltivati in contenitori rettangolari messi uno sull'altro, lasciando lo spazio per aria e luce e proteggendoli in caso di clima difficile.
Le erbe freschissime comuni sono in grado di arricchire ogni preparazione: prezzemolo (che consiglio di coltivare dal seme), origano, rosmarino, salvia, alloro e maggiorana, tutte perenni e gestibili già da febbraio. Consiglio anche di lasciare nei vasi in terrazza alcune piante di cavolo nero e di cavolo riccio: se trattate bene e tagliate con sensibilità continuano a dare foglie fresche anche per un biennio».

MARIANGELA SUSIGAN
Gardenia

«Gli ortaggi che preferisco sono il carciofo e i pomodorini: di questi ultimi, nel nostro orto coltiviamo molte varietà, tra le altre, ciliegino, cuore di bue, mirabelle, camone, piccadilly, perino giallo, datterino, costoluto, black cherry, green cherokee. Stiamo lavorando anche molto con i micro-ortaggi, giovani piantine di specie orticole, colture erbacee e piante spontanee, raccolte da 2 a 4 settimane dopo la semina. Alcune delle specie che coltiviamo in serra sono barbabietola rosa, gialle e rossa, cavolo red russian, cavolo rosso, mizuna red, green oak, pisello. I micro-ortaggi sono in grado di fornire una variegata gamma di colori, sapori e consistenze»

MAURO COLAGRECO
Mirazur

«Amo tutto ciò che cresce nei miei giardini, ma più di tutto i pomodori, per la loro incredibile varietà: rosa, neri, verdi, gialli... Non bisogna avere paura di sperimentare. Se ci si accorge che un particolare ortaggio o erba selvatica non cresce, non è mancanza di pollice verde, a ogni pianta serve una particolare combinazione di clima, temperatura, umidità. Ci si adatta, si cambia. Avere un orto rende anche più creativi in cucina»

MICHELANGELO MAMMOLITI
La Madernassa

«Ogni mese ha i suoi climi, ogni stagione ha il suo protagonista vegetale. Per me l'anno può essere idealmente scandito da questo elenco di verdure, descritte da un aggettivo e associate a un'erba. Uno schema ben calibrato di colori e sapori. Gennaio: cardo spinoso, russian kale. Febbraio: carote sabbiose, artemisia. Marzo: carciofo pazzo, mizuna antoni. Aprile: asparagi selvatici, rumex acetosa. Maggio: celtuce gentile, oxalis dei pei. Giugno: piselli dolci, shiso verde. Luglio: zucchine green, nasturzio. Agosto: melanzane cremose, basilico tai. Settembre: pomodori solari, coriandolo vietnamita. Ottobre: topinambur poveri, ottunia cordata. Novembre: zucca rapide, tatsoi vulcano. Dicembre: sedano rapa tonico, mostarda metis»

Rosmarino, basilico, verbena, melissa, zucchini, buon enrico, zucca, pomodorini, rapa rossa

I must di

NORBERT NIEDERKOFLER
St. Hubertus

ANGELO PUMILIA
Foresteria Planeta

«Maggiorana e rosmarino sono due delle mie erbe preferite, ingredienti molto versatili e utilizzabili in tantissimi piatti mediterranei, anche nei dolci, da utilizzare freschissimi, appena colti. Sono facilissimi da coltivare in vaso e non possono mancare nell'orto sul balcone. Assicuratevi di posizionarli in un luogo luminoso, esposto all'ombra per una breve parte della giornata. È necessario cimarli spesso per favorire una crescita rigogliosa»

LUDOVICO DE VIVO
Capofaro

«Gli ortaggi a foglia che preferisco e che possono essere facilmente coltivati sul balcone sono: borragine (per la farcia dei ravioli o in crema, per condire pasta o zuppe), nasturzio (crudo sulla pasta, sulle crudità di pesce e nelle insalate), acetosella (come pesto o per un pesce a vapore), senape rossa-mizuna red (fate una base e cuocetela come una crema da accostare a carni bianche e al pesce; cruda con le carni rosse e nelle insalate)»

PIETRO ZITO
Antichi Sapori

«L'ortaggio per eccellenza, facile da gestire anche sul balcone è la zucchina, molto duttile e con un germoglio molto veloce (in estate anche solo una settimana). Mi è molto cara poiché totalmente "utilizzabile" in cucina. Dalla zucchina, al fiore fino ai germogli, tutti ottimi ingredienti da sperimentare e gustare»

JUAN CAMILO QUINTERO
Poggio Rosso

«Sono appassionato di erbe aromatiche e di tutte quelle varietà di verdura che quando sono ancora piccole non solo sono belle ma sono anche un concentrato di sapore e nutrienti. Le zucchine verdi e gialle "baby" crescono velocemente e sono deliziose. Non occorre partire da un seme particolare, ma è sufficiente raccogliere il frutto quando è ancora piccolo. Tra le erbe aromatiche il coriandolo spicca per personalità e carattere. La buona notizia, per chi lo ama, è che è facile da coltivare sul balcone. Personalmente lo prediligo nei piatti a base di pesce, naturalmente in quantità moderate»

ALOIS VANLANGENAEKER
Zass

«Trovo difficile dire quale ortaggio preferisco: ogni giorno, a ogni stagione, l'orto suggerisce l'elemento migliore e più fresco da utilizzare in cucina. Piselli, fave, carote, pomodori, rape e zucchini sono tutti facilmente coltivabili anche sul balcone, in uno spazio ridotto: il mio consiglio è seguire il ciclo delle stagioni, sperimentare e lasciarsi ispirare dalla natura. Un orto sul balcone è inoltre un modo per accostarsi a una cucina più naturale e senza sprechi»

ALFONSO ED ERNESTO IACCARINO
Don Alfonso 1890

«Pomodori, melanzane, zucchine, limoni, olive, basilico. I grandi ingredienti classici della dieta mediterranea possono essere coltivati con successo anche a casa. Elementi essenziali sono luce e acqua, quindi per creare il proprio orto sul balcone bisognerà fare attenzione all'esposizione: sono necessarie almeno 6 ore di luce e al riparo dal vento. In un orto sul balcone non possono mancare le erbe aromatiche: basilico, prezzemolo, timo, menta, salvia, sono indispensabili per la preparazione dei più tradizionali piatti italiani, e colti freschi dalla propria piantina sprigioneranno profumi e sapori inebrianti. Altre colture per chi è alle prime armi potrebbero essere i pomodori, in vasi di almeno 30 cm di profondità, stando ben attenti a innaffiarli regolarmente ma non eccessivamente. Anche le melanzane si prestano bene, sconsiglio invece le zucchine se non si ha un balcone molto ampio! Una delle regole più importanti è quella di innaffiare le piante al tramonto, bagnando solo la terra, non le foglie. Non meno importante è nutrire le piantine. Per concimarle in modo del tutto naturale potete utilizzare fondi di caffè o di tè oppure gusci d'uovo sminuzzati»

MUFFIN AL CIOCCOLATO

Preparazione: 30 minuti
Riposo: 2 ore
Cottura: 1 ora

INGREDIENTI PER 6 PERSONE: 200 g di cioccolato fondente da cucina (Guanaya 70% di Valrhona, per esempio), 250 g di mascarpone, 4 uova, 70 g di zucchero a velo, 40 g di farina, 10 g di burro per lo stampo; *per la glassa:* 125 g di cioccolato da cucina, tagliato grossolanamente, 15 cl di panna da montare, 1 cucchiaio di miele.

PREPARAZIONE: con lo sbattitore elettrico montate le uova con lo zucchero fino a ottenere una crema soffice. Intanto sciogliete in un pentolino il burro e lasciatelo raffreddare. Unite la farina e mescolate facendo attenzione ai grumi poi aggiungete lo zucchero e il burro sciolto, e amalgamate. Infine versatevi il latte, un pizzico di sale e la vaniglina. Mescolate molto bene. Sciogliete gli altri 10 g di burro e usatelo per spennellare i pirottini di carta. Versate il composto e sulla parte superiore, distribuite le pepite di cioccolato. Cuocete in forno già caldo a 180° per 20-25 minuti.

Liguria

Tè al bergamotto e muffin alla vaniglia con pepite al cioccolato. Piattino da frutta con le rose e tazza da tè, Coincasa. Cucchiaino, Pintinox. Vasetto di vetro, Bormioli Rocco.

Buongiorno!

L'Italia **s'è desta...** Dallo strudel di mele del Trentino-Alto Adige alla Sicilia della brioche con il tuppo passando per la ciambella romagnola, il Bel Paese si fa anche Buono. A partire dalla colazione del mattino

ricette, foto e styling di COSTANZA SIGISMONDI

Caffè nero, brioche alla crema, fagottini al cioccolato e crema allo zabaione
Tazzine da caffè in bone china, Taitù. Bicchiere con crema allo zabaione, Coincasa. Vassoietto in legno, Colorificio Re Cecconi. Piatto in porcellana bianca, Kasanova. Tovaglioli ricavati da tessuti, Raoul Textiles.

Lazio

CREMA DI ZABAIONE

Preparazione: 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
2 uova medie freschissime,
40 g di zucchero,
25 ml di marsala.

PREPARAZIONE: montate con la frusta elettrica i tuorli con lo zucchero fino a ottenere una crema spumosa e soffice. Unite il marsala, mescolando molto lentamente. Trasferite il tutto in un pentolino e accendete la fiamma al minimo, spegnendo poco prima dell'ebollizione. Rimontate tutto con la frusta elettrica e servite freddo.

TORTA ZAMBELA

Preparazione: 20 minuti
Cottura: 25-30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE: 400 g di farina non raffinata, 2 uova intere, 90 g di burro (oppure 50 g di burro e 50 g di strutto), 150 g di zucchero, scorza di limone grattugiata, 1 bustina di lievito in polvere per dolci, 50 g di latte, granella di zucchero per guarnire.

PREPARAZIONE: sulla spianatoia di legno sistemate la farina, il burro morbido a pezzetti (se usate lo strutto anche questo) e lo zucchero. Formate un buco al centro e aprite le uova, unite il lievito e la scorza di limone. Lavorate con una forchetta prima le uova e il burro e poi il resto; da ultimo impastate con le mani velocemente. Versate il latte poco alla volta, facendolo assorbire bene. Dovrete ottenere un impasto leggermente colloso. Dategli una forma allungata da sistemare sulla leccarda ricoperta di carta da forno. Cospargete di granelli di zucchero e cuocete in forno già caldo a 180° per circa 25-30 minuti, fino a quando il bordo diventerà dorato. Servite fredda.

Romagna

La torta "Zambela" (ciambella in romagnolo) è servita con latte fresco e cacao amaro. Tovaglia sartoriale in lino fatta a mano, Milou Milano. Tazza per la colazione, Tognana. Piatto piano color glicine e piattino, Comtesse Milano. Tovagliolo sotto il piattino, Raoul Textiles. Coltello per il pane in argento, Argenteria Dabbene. Cucchiaino in melamina, Rice.

POLENTA DA RINFORZO

Preparazione: 40-50 minuti
Cottura: 40-50 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:
600 g di farina di mais rustica,
2 lt di acqua,
2-3 cucchai di olio oliva, sale grosso.
PREPARAZIONE: mettete sul fuoco una pentola alta con 2 litri di acqua e portatela quasi a bollore. Salatela e versate a pioggia la farina, mescolando con una frusta, facendo molta attenzione ai grumi e cercando di schiacciarli subito. Aggiungete 2-3 cucchiai di olio e continuate a mescolare. Mantenete la fiamma bassa e lasciate cuocere per 40-50 minuti, girando ogni tanto con un mestolo di legno. Quando sarà cotta, versatela su un tagliere e mangiatela con il condimento che preferite, sia dolce (marmellata) che salato (formaggi, salumi), oppure a pezzetti nel latte caldo.

Valtellina

Ciotola di latte "rinforzata" con pezzetti di polenta. Piattino e tazza del latte, Waechtersbach Germany. Cucchiaio di legno, Seletti. Pirofila rettangolare, Staub.

Lombardia

SUCCO DI ARANCIA RICCO

Preparazione: 10 minuti

INGREDIENTI PER 2 BICCHIERI:
120 ml di acqua, 1/2 cucchiaino di vaniglia, succo di 2 arance tipo navelina, 200 g di cubetti di ghiaccio, 75 g di ananas già tagliato.
PREPARAZIONE: trasferite tutti gli ingredienti (tranne l'ananas)nel frullatore e azionate per un paio di minuti al minimo, e per 1 minuto al massimo. Aggiungete poi l'ananas a pezzetti (o altra frutta di stagione gradita). Bevete subito prima che gli effetti benefici della frutta svaniscano.

Tè Darjeeling, succo, pane bianco e integrale, tostati e spalmati con burro contadino e sale. Piattini da frutta e tazza da tè collezione in bone china, Hayleys Collectables. Portaburro in legno di betulla, cucchiano in legno e spalmaburro, Hay. Bicchiere, Coincasa. Carta da parati, WallPepper®/Group. Tovagliette in lino, C&C Milano.

STRUDEL DI MELE

Preparazione: 40 minutl
Cottura: 35-40 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:
1 rotolo di sfoglia rettangolare; *per il ripieno*: 100 g di zucchero, 50 g di burro, 1 kg di mele renette, 100 g di pinoli, 100 g di uvetta sultanina, 4 cucchiai di pangrattato, 1 tuorlo, succo di 1/2 limone, 1 cucchiaino di cannella in polvere.
PREPARAZIONE: stendete la pasta e lasciatela riposare. Intanto preparate il ripieno. Sbucciate le mele e tagliatele a pezzetti e conditele con il succo di mezzo limone per non farle annerire, un cucchiaio di zucchero e uno di cannella in polvere. Unite le uvette e i pinoli, mescolate e lasciate quindi riposare per qualche minuto. In un pentolino, sciogliete il burro e unite il pangrattato, mescolando per farli amalgamare. Stendete la sfoglia cercando di dare una forma ovale, tagliando i bordi con un coltello. Distribuite quindi le mele a pezzetti nel senso del lato lungo. Cospargete con il pangrattato tostato e arrotolate bene i lati della pasta a sigillare. Sbattete il tuorlo d'uovo e spennellate la superficie dello strudel. Fate dei forellini sopra, in modo da fare uscire il vapore in cottura. Cuocete in forno ventilato già caldo a 200° per 35-40 minuti circa. Servite tiepido, cosparso di zucchero a velo.

Il tradizionale strudel di mele. Piattino da frutta in ceramica smaltata, Coincasa. Forchetta, Pintinox. Tovagliolo ricavato da tessuto, Raoul Textiles.

Lardo d'Arnad presidio Dop con pane di segale, granoturco e grano tenero, yogurt alla fragola e caffè corretto. Vassoio in porcellana, Kasanova. Cestino portapane in materiale riciclato, Essent'ial. Bicchiere in vetro, Tognana. Cucchiaino e bicchiere per il caffè in vetro termico, Bodum.

PANE DI FARINA DI SEGALE

Preparazione: 20 minuti
Riposo: 1 giorno
Cottura: 2 ore circa

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE:
200 g di farina di segale, macinata a pietra 200 g di farina di grano tenero, 100 g di farina di granoturco, 1 cubetto di lievito fresco, 150 ml di latte, 150 ml di acqua, sale qb, 1 cucchiaino di bicarbonato.
PREPARAZIONE: scaldate leggermente l'acqua e il latte e fatevi sciogliere il cubetto di lievito. Sopra un spianatoia sistemate le tre farine, il bicarbonato e un pizzico di sale e fate una fontana al centro nel quale versare i liquidi, impastando fino a ottenere una pagnotta morbida. Trasferite l'impasto in una ciotola e copritelo con la pellicola, lasciate lievitare in un luogo caldo e asciutto per un paio d'ore. Riprendete l'impasto, lavoratelo leggermente e rimettete a riposare per 20 ore circa. Quindi dategli una forma di pagnotta incidendo leggermente la parte superiore . Cuocete in forno già caldo a 220° per 2 ore circa.

Caffè, brioche con il tuppo e sorbetto al limone con mandorle tritate
Coppa in vetro, Coincasa. Tazzina da caffè in bone china, Taitù. Vassoietto in ceramica, Kasanova.

Sicilia

BRIOCHE CON IL TUPPO

Preparazione: 20 minuti
Riposo: 4 ore
Cottura: 25-30 minuti

INGREDIENTI PER 9-10 BRIOCHE: 250 g di farina 00, 250 g di farina Manitoba, 90 g di zucchero, 1 cubetto di lievito, 200 ml di latte, 2 uova + 1 tuorlo, estratto di vaniglia, 75 g di burro ammorbidito, sale.

PREPARAZIONE: fate scaldare il latte a fiamma bassa sciogliendovi il cubetto di lievito. A mano o nella planetaria, mescolate le due farine con lo zucchero, versatevi il latte con il lievito e lavorate per qualche minuto. Unite le uova, una alla volta, l'estratto di vaniglia, un pizzico di sale e il burro a pezzetti. Impastate bene. Coprite e lasciate lievitare in luogo tiepido fino a quando l'impasto non avrà raddoppiato il volume (circa 4 ore). Poi riprendetelo, formate 9-10 palline di circa 10 cm e schiacciate la parte superiore. Dalla rimanente pasta ricavate altrettante palline più piccole, a cui darete la forma conica che inserirete nelle palline grandi. In questo modo avrete fatto il "tuppo", il tappo in siciliano. Lasciate riposare ancora un'ora circa. Infine spennellate con un goccio di latte e un tuorlo d'uovo. Sistemate le brioche sulla leccarda rivestita di carta da forno e infornate a 180° per 25-30 minuti.

Prison BREAK(FAST)

Dai biscotti alla colomba pasquale, dalle paste di mandorla ai croccanti, ci sono dolci la cui **bontà non si limita** al palato. Sono quelli prodotti all'interno di alcune **carceri** italiane, dove i detenuti imparano un lavoro e si preparano, non solo professionalmente, all'appuntamento con la libertà

di **GABRIELLA GRASSO**

Sopra e a destra. Le praline della Pasticceria Giotto, che hanno gusti fantasiosi come pera, zenzero e muscovado; nocciola e bergamotto. Sotto. La produzione del rinomato panettone.

I DOLCI DI GIOTTO
Panettone da Oscar

Ci sono le torte: tra cui la frangipane albicocca, cacao e cardamomo. I biscotti: tra cui le Bolle di Neve e i Basi in Gondola. E, ovviamente, le colombe: ai frutti di bosco, alla pesca e albicocca, al mandarino. I dolci della Pasticceria Giotto (*idolcidigiotto.it*) sono una prelibata garanzia e vengono prodotti all'interno della Casa di Reclusione Due Palazzi di Padova, dove lavorano circa 40 detenuti seguiti da una decina di professionisti. «La formazione che proponiamo non è solo professionale, ma anche sociale: per chi dovrà reinserirsi nella società è importante imparare a collaborare in team e rispettare le regole di un'azienda produttiva», spiega Matteo Marchetto, presidente della cooperativa sociale Work Crossing di cui fa parte Pasticceria Giotto. Il loro prodotto più famoso è il panettone, più volte rientrato nella top ten del Gambero Rosso. «È un prodotto di fascia alta: sia perché siamo un laboratorio artigianale e non lavoriamo su grandi numeri. Sia perché diamo la possibilità di usare le mani per lavorare la materia prima: mani che hanno fatto del male e che finiscono per fare del bene».

La rieducazione passa anche attraverso la cura nella scelta delle materie prime

COTTI IN FRAGRANZA
Spirito siciliano

Profumano di Sicilia i frollini agli agrumi Cotti in Fragranza (*cottiinfragranza.com*) preparati nel laboratorio all'interno del Complesso Malaspina di Palermo (che comprende Carcere Minorile e Tribunale). Sono di tre tipi – Buonincuore al mandarino tardivo di Ciaculli, Parrapicca con zenzero e limone, Coccitacca con cioccolato di Modica e arancia – e hanno nomi degni di un racconto. Lo fa Nadia Lodato, coresponsabile del progetto all'interno della cooperativa sociale Rigenerazioni. «Li abbiamo scelti con i detenuti. Un giorno, a una persona che mostrava scetticismo per il nostro lavoro, uno di loro rispose con un modo di dire siciliano: "Accattati un parrapicca", ovvero: "Comprati uno strumento per parlare meno" (*parra=parla; picca=poco*, ndr). Il coccitacca, invece, è la zolla che rimane ardente sotto la cenere: si chiamano così, in dialetto, i ragazzi vivaci. Come quelli che stanno al Malaspina».

A sinistra. Confezioni di biscotti Parrapicca e Buonincuore. Sotto. Il pane prodotto sempre da Cotti in Fragranza. A destra. Una distesa di profumatissimi frollini agli agrumi.

DOLCI EVASIONI
Agrumi à go-go

Amaretti siciliani morbidi, paste di mandorla al limone e all'arancia, canditi di agrumi ricoperti di cioccolato fondente: non a caso portano il marchio Dolci Evasioni i prodotti della cooperativa sociale L'Arcolaio (*arcolaio.org*) il cui laboratorio si trova nella Casa Circondariale di Siracusa e impiega diversi detenuti. Spiega Chiara Pota, responsabile della comunicazione: «Per accompagnare il reinserimento socio-lavorativo di chi esce dal carcere, poi, cerchiamo di inserire gli ex detenuti in altri progetti, come Frutti degli Iblei, sostenuto dalla Fondazione di Comunità Val di Noto, che prevede la lavorazione di profumate erbe mediterranee raccolte nei terreni di contrada Piano Milo».

Dall'alto e in senso orario. Uno scorcio di contrada Piano Milo. Raccoglitori di erbe. Una parte del team de L'Arcolaio. Le paste di mandorla. L'insegna che porta ai terreni di Piano Milo. Il responsabile del laboratorio nel carcere di Siracusa Sotto. Il logo di Buoni Dentro su una T-shirt.

BUONI DENTRO
Mani in pasta

Panettone, biscotti, colombe con canditi di alta qualità: «Perché la rieducazione passa anche dalla cura nella scelta delle materie prime», spiega Paola Carbonara, tra le fondatrici della cooperativa sociale Buoni Dentro (*buonidentro.it*) che a Milano gestisce due laboratori: uno nell'Istituto Penale Minorile Beccaria e l'altro in Piazza Bettini, dove si fa anche vendita al pubblico e possono lavorare sia detenuti con permesso sia ex detenuti. «Dopo l'iniziale diffidenza, ora il panificio è un punto di riferimento nel quartiere».

SPRIGIONIAMO SAPORI
Pistacchio superstar

I croccanti classici, alla mandorla o al pistacchio, sono i più richiesti. Ma non scherza il torrone bianco con mandorle, limone e zenzero. Per non parlare degli agrumini di limone e arancia. E che dire dei quadrotti, cremosi cioccolatini alla carruba o al pistacchio? E delle uova di Pasqua? Queste godurie (biologiche) per il palato sono prodotte dalla cooperativa sociale Sprigioniamo Sapori (*sprigioniamosapori.it*) nella Casa Circondariale di Ragusa. «Qui i detenuti lavorano sotto la guida di un pasticcere esperto, per garantire sempre la stessa elevata qualità», spiega il presidente Giuseppe Giampiccolo. I prodotti si trovano sui portali dedicati all'economia carceraria.

A destra. Pezzetti di deliziosa cubaita, ovvero croccante al sesamo (in siciliano detta anche "giuggiulena") di Sprigioniamo Sapori. Sotto. Gustosi pistacchi utilizzati per molte ricette di croccanti e torroni.

L'economia carceraria è una risorsa: e non solo per chi sta dentro

BANDA BISCOTTI
Frollini monelli

Se i baci di dama costituiscono un classico della pasticceria secca – anche se qui vengono declinati in tre versioni "alternative" (con farina integrale, all'avena e cacao, al farro) – la specialità della Banda Biscotti (*bandabiscotti.it*) il cui laboratorio si trova nella scuola di Polizia Penitenziaria di Verbania, a pochi metri dalla Casa Circondariale, sono i Barabitt: all'olio e cacao e – di recente produzione – al riso e mais. «*Barabitt* in dialetto vuol dire ragazzaccio, monello», spiega Alice Brignone, coordinatrice del progetto all'interno della cooperativa Il sogno. «Dove oggi c'è il nostro laboratorio un tempo c'era il riformatorio: ovvero il posto dove le nostre nonne dicevano che stavano, per l'appunto, i *barabitt*. I biscotti li abbiamo chiamati così pensando a quei ragazzi: perché gli manca qualcosa (nei dolcetti olio e cacao non ci sono i latticini; in quelli riso e mais manca la farina di grano), ma sono comunque buoni». *(I prodotti di queste pagine, oltre che sui siti delle singole cooperative sono i vendita online qui: myfreedhome.it, economiacarceraria.com, consorziovialedeimille.it).*

Sopra e in senso orario. La preparazione dei Damotti di Banda Biscotti, fatti con frolla alla vaniglia e al cacao. Foto di gruppo in laboratorio. Qualche snack salato pronto per la vendita. Sacchetti di Baci di dama. Perle di cioccolato utilizzate in diverse ricette.

Nel cuore della Toscana, il sogno di tre amici diventa una **novella arcadia.** Residenza di pittori e musicisti, agriturismo con prodotti d'eccellenza e anche hotel dal fascino **easy-deluxe.** Dove creativi e viaggiatori si incontrano, si ispirano e imparano ad ascoltare le proprie passioni

di ALESSANDRA PON

l'ARTE *di* VIVERE

LOTTIE HAMPSON / MARIE C/ DAVID KALIGA

Dall'alto e in senso orario. La piscina di Villa Lena, area comune sia per gli ospiti dell'hotel che per gli artisti. Un momento della passeggiata per la composizione di bouquet accompagnati dalla flower designer. Nella pagina accanto. Villa Lena, ex residenza aristocratica di fine '800, a Palaia, nella campagna pisana. *villalena.it*

Da sinistra e in senso orario. Una delle abituali cene al tramonto, allestite all'aperto tra gli ulivi e seguite da jam session musicali. Prove in esterno di still life con la frutta appena raccolta. Durante le cooking class di cucina tradizionale toscana "a chilometro zero", si insegna anche la presentazione dei piatti: qui i formaggi sono serviti su una foglia di fico.

Questa storia inizia con un déjà-vu, ma l'epilogo — anzi, la fine della prima stagione — ha una svolta inattesa. Tre amici con la passione per l'arte e la musica, dieci anni fa in viaggio in Italia, si innamorano dell'idea incarnata in una villa aristocratica semiabbandonata della campagna toscana. Non sarebbero certo i primi stranieri tra Firenze e Siena a eleggere un'ex tenuta nobiliare in *buen retiro*, ma Lena Evstafieva, il marito Jerome Hadey e l'inseparabile Lionel Bensemoun non intendono semplicemente riportarla alla vita di residenza di vacanza, ma aprirla a quella romanticamente un po' bohémien di ritrovo per artisti. Lena è figlia di uno dei più importanti galleristi d'arte russi ed è a sua volta titolare di uno spazio a Londra dedicato ai giovani emergenti, Jerome e Lionel hanno condiviso le scene musicali quando Bensemoun era l'enfant prodige delle notti parigine con il suo locale icona Le Baron,

La tavolata unica è omaggio all'antico principio del convivio, luogo di gioia e scambio

PANZANELLA TOSCANA

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:
1 pomodoro, 200 g di pane toscano (solo la mollica), 1/2 cipolla di Tropea lunga, 1/2 cetriolo fresco, 3 cucchiai di aceto di mele, olio extravergine, foglie di basilico;
per la salsa: 1/2 cetriolo fresco, 1 aglio, 200 g di yogurt bianco, succo di limone.
PREPARAZIONE: bagnate la mollica di pane con l'acqua, strizzatela e lasciatela riposare qualche minuto. Affettate tutti gli ortaggi e condite con l'olio extravergine, ultimando con sale, pepe e aceto, a piacere. Mescolate velocemente il tutto e lasciate riposare per qualche ora in frigorifero. Poco prima di servire, preparate la salsa con il mezzo cetriolo tritato, lo yogurt, l'aglio e qualche goccia di succo di limone e presentatela a parte.
Infine decorate il piatto con il basilico fresco dell'orto.

IL VINO PIŪ ADATTO:
un cru di Sangiovese in purezza, dal gusto deciso e finale intenso, ma tannini non aggressivi, profumi di frutta rossa matura e note di pepe e spezie orientali. *Vigna Casi. Chianti Classico Gran Selezione 2017*, Castello di Meleto, Viticola Toscana Società Agricola (Toscana), da servire a 16-18 °.

LINGUINE ALLA BOTTARGA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:
350 g di linguine fresche, la scorza grattugiata di 1 limone, 30 g di bottarga di muggine, olio extravergine, 1 spicchio d'aglio (sbucciato), 1 cucchiaio di pangrattato, 1 cucchiaio di prezzemolo tritato finemente.
PREPARAZIONE: scaldate l'olio in una padella a fuoco medio. Aggiungete lo spicchio d'aglio e lasciatelo cuocere qualche minuto in infusione prima di rimuoverlo. In una piccola ciotola, mescolate insieme il pangrattato e il prezzemolo. Portate a ebollizione una pentola d'acqua salata e cuocete le linguine bene al dente.
Scolate la pasta, conservando un mestolo di acqua di cottura, e trasferitela nella padella. Saltate le linguine con l'olio e l'acqua di cottura finché si emulsionano e risultano setose. Spolverate sopra la scorza di limone e condite a piacere. Impiattate, grattugiando la bottarga e cospargendo con il pangrattato preparato. Servite subito.

IL VINO PIŪ ADATTO: un bianco isolano fresco, affinato 60 giorni in bottiglia, blend 50-50 di varietà locali - Catarratto lucido e Insolia, dai particolari riflessi verdi e dal bouquet fruttato con sentori di ginestra e pesca. *Chara di Feudo Disisa*, Monreale (Sicilia). da servire a 8-10°.

OLIVIA CAVALLI WILLIAMSON / NIKLA ADRIAN VINDELEV / MARINA DENISOVA

A sinistra. Un momento della lezione di yoga che si tiene open air, come la maggior parte delle attività proposte. A destra. Il bagno di una delle camere: sparsi nelle varie dépendance ristrutturate della Villa si trovano anche appartamenti per gruppi di amici o famiglie. Le stalle sono diventate la sede dei vari workshop artistici.

amano gli esperimenti, i melting pot, gli incroci creativi e quella villa – a metà strada tra l'élite rinascimentale di Firenze e la costa popolare del Tirreno, equidistante da tutte le celebrità toscane e immersa nella quiete agricola – sembra l'epicentro perfetto per diventare luogo d'incontro e di passaggio, di scambio e di officina di idee.

La ristrutturazione, durata cinque anni, coinvolge sia l'edificio principale sia i vari annessi della tenuta, dalle stalle ai casali dei fattori, e restituisce alla produzione anche le diverse centinaia di ettari di uliveti e vigneti che la circondano. Estate dopo estate il progetto prende corpo, una versione contemporanea della bottega dove gli aspiranti artisti andavano in apprendistato, e insieme del mecenatismo che offre loro supporto, parallelamente a un'ospitalità aperta e *easy-deluxe* anche per chi artista non è, ma aspira a esserlo o, più semplicemente, desidera respirarne l'atmosfera.

Nella natura, scoprendo nuove idee e intrecciando relazioni, si cerca una personale armonia

PAPPA AL POMODORO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 500 g di pomodori San Marzano, 10 g di basilico fresco,1 lt di brodo di verdure, 300 g di pane toscano (solo le croste), olio extravergine, sale e pepe nero; *facoltativi*: foglie di salvia e olio aromatizzato al rosmarino.

PREPARAZIONE: eliminate i semi dai pomodori, dopo averli lavati. In una padella scaldate qualche cucchiaio di olio Appena sarà caldo, aggiungete i pomodori tagliati a pezzetti e il basilico fresco, a striscioline. Condite con sale e pepe e fate insaporire per 5-10 minuti. A questo punto versate il brodo di verdure e unite le croste del pane. Lasciate cuocere il tutto, a fuoco bassissimo, per un'oretta. Potete preparare la pappa in anticipo, anche di un giorno: sarà ancora più gustosa. Per servirla in modo originale, potete friggere alcune foglie di salvia. Intanto trasferite la pappa di pomodoro in barattoli di vetro tipo conserva, spargete sopra la salvia fritta e infine condire con l'olio aromatizzato.

Da sinistra e in senso orario. Letture e talk si svolgono in vari punti della proprietà, a seconda dell'ispirazione. Laboratorio di acquerello. La tavola del ristorante allestita con i fiori di campo raccolti la mattina. I prossimi appuntamenti: *Ritiro Botanico* (15-19 aprile), con workshop su cocktail e tè a tema, degustazioni di vino e olio d'oliva, laboratori creativi per realizzare tovaglie dalla flora del luogo e lezioni di design floreale.

«Villa Lena vuole essere un'esperienza unica», spiega Lena Evstafieva, «un luogo pensato per dare gioia a chi vi si trova: agli artisti, grazie alla creatività promossa attraverso la residenza d'arte, e agli ospiti dell'hotel, che hanno la possibilità di immergersi nella natura incontaminata qui intorno e di dividere le loro giornate tra laboratori di orto e cucina o workshop creativi guidati dagli stessi artisti».

Pittori, musicisti, fotografi, scrittori, flower designer – non vi è disciplina che sia esclusa da Villa Lena, nel frattempo costituitasi in Fondazione: ogni anno viene annunciata la rosa di artisti selezionata per il programma *in residency* (per il 2021 lo scrittore francese Haydée Touitou, la visual Venetia Barry e l'artista belga-camerunense Mallory Lowe) e, dal momento del loro arrivo, inizia l'eclettica vita di comunità, seduti al tavolo della colazione, al lavoro en plein air, a lezione di yoga o in concerto a lume di candela. Quasi un'arcadia del Terzo millennio.

Gli artisti, durante il loro soggiorno, coinvolgono gli ospiti in talk e workshop

LOTTIE HAMPSON / MARIE C / VINDELEV / OLIVIA CAVALLI WILLIAMSON

POLLO ALLA CACCIATORA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 1 pollo di circa 500 g, 2 patate, 6 pomodori ciliegini, 100 g di brodo di carne, 2 cucchiai di sale, 2 cucchiai di pepe bianco, 2 cucchiai di senape in polvere, rosmarino, salvia, timo, 1 noce di burro.
PREPARAZIONE: lavate il pollo e tamponatelo con carta da cucina. Fate quindi un trito di rosmarino, sale, pepe, aglio, timo e senape. Massaggiate il pollo con questo mix aromatico e mettetelo in contenitore ben sigillato da riporre in frigo per almeno 2 ore. Scaldate poi in padella la noce di burro e fatevi rosolare il pollo a pezzi per qualche minuto. Aggiungete anche le patate, sbucciate e tagliate a cubetti. Intanto eliminate i semi dai pomodorini e uniteli al pollo con un po' di salvia. Lasciate cuocere per un'ora a fuoco lento.

IL VINO PIŪ ADATTO: un Chianti di annata straordinaria, la 2018, che grazie alle piogge estive e ai settembre-ottobre soleggiati ha reso i tannini morbidi e vellutati; dopo 24 mesi in barrique e acciaio, si accompagnano al color rubino note di visciola e viola mammola. *Tenuta Perano. Chianti Classico 2018*, Frescobaldi (Toscana), da servire a 16°.

VEGGIE QUEEN

Colta, impegnata, bobo-chic. Da star del grande schermo lo è diventata anche dei videotutorial. Dove insegna a *nutrirsi in modo consapevole.*

di ROBERTO CROCI

Avvicinata in una pizzeria di Long Island per un lavoro da modella alla tenera età di 10 anni attrae l'attenzione di un agente. Segue *Leon* e il resto è davvero storia, storia cinematografica. Laureata in psicologia ad Harvard, figura prominente per *#TimesUp* e micro-economia in Africa, lettrice accanita, ha fondato il proprio *book club* per promuovere i libri che le piacciono e intervistare gli autori che rispetta e, più di recente, anche il primo team di calcio femminile a Los Angeles (Angel City FC), con Julie Uhrman e Alexis Ohanian, marito di Serena Williams. Visionaria e umanitaria, la incontriamo per la non certo ultima delle sue passioni e battaglie, la cucina vegana.

Durante la pandemia hai iniziato un cooking show su Instagram. Hai sempre avuto una passione per la cucina?

«Sì, per me significa mantenere un legame culturale con le mie origini, è un'opportunità per tramandare ai miei figli le tradizioni familiari, oltre che per sperimentare. E poi durante la pandemia ho potuto cucinare molto di più di quello che faccio di solito. I miei piatti sono semplici, chiunque può replicarli senza fatica. Sono strettamente vegana, mi piace dimostrare che non serve mangiare carne o pesce per creare piatti interessanti».

Quando sei diventata vegana?

«Sono vegetariana da quando avevo 9 anni, ho sempre amato gli animali e sin da piccola mi è sembrato assurdo mangiarli. Nel 2010, dopo aver letto *Eating Animals* di Jonathan Safran Foer, un saggio sugli allevamenti intensivi e aver scoperto cose agghiaccianti di cui non ero a conoscenza, ho deciso di smettere di mangiare latticini e uova, gli unici derivati animali che ancora consumavo. Da quel libro è nato anche il documentario omonimo, che ho prodotto con Jonathan: cercatelo e guardatelo!».

Cosa significa per te essere vegana?

«Ero incinta quando ho letto *Eating Animals* e quindi molto sensibile al tema alimentazione. Jonathan si poneva le mie stesse domande, non solo sulla qualità del cibo ma sull'etica alimentare che avrebbe insegnato ai suoi figli. Il libro non è un manifesto a favore del veganismo, ma una riflessione sulla consapevolezza e sostenibilità di quello che mettiamo nel nostro piatto».

In famiglia siete tutti vegani?

«No, mio marito mangia carne, ma sostiene le piccole aziende; i miei figli sono liberi di fare le proprie scelte: Aleph è vegetariano, rispetta qualsiasi creatura vivente ed è molto appassionato al tema. Mio marito è un cuoco straordinario, cucina spesso piatti che soddisfano tutti come couscous, tagine, verdure saltate e curry. Ma non mi batterà mai nel fare l'hummus – e io d'altra parte non gli darò mai la ricetta segreta di mia nonna!».

C'è qualcosa che ti manca?

A sinistra. Natalie con il marito Benjamin Millepied. Sopra. Impegnata in uno dei suoi videotutorial a tema food.

GETTYIMAGES/INSTAGRAM/NATALIEPORTMAN

«Ho vissuto in Francia, il formaggio francese è straordinario... La mia è anche una scelta morale, quindi non è un sacrificio. E poi sul mercato ci sono molti formaggi vegetali buonissimi a base di frutta secca, senza colesterolo, lattosio e glutine. Nella vita sono una persona estremista: o tutto o niente, non ho vie di mezzo. Trovo che la vita sia un dono troppo grande per non prenderla seriamente».

Oltre che retaggio culturale, cosa rappresenta il cibo per te?

«Equilibrio: mi piace molto mangiare, ma non posso pensare che quello che consumo possa aver causato del male. È anche un'occasione per essere creativa, avere una routine, perché con il mio lavoro è impossibile fare tutti i giorni la stessa cosa. Con ogni nuovo lavoro devo riaggiustare i rituali familiari, riorganizzare tutta la struttura della vita dei miei figli, di mio marito e la mia. Il cibo è solidità, un'ancora stabile a cui affidarmi durante questi cambiamenti drastici. Il fine settimana cerchiamo di passarlo in famiglia, cucinando e – se siamo fortunati – circondati dalla natura».

Dall'alto. Alla proiezione del documentario *Eating Animals,* ispirato all'omonimo libro di Jonathan Safran Foer. I suoi must: gli smoothies e il gelato veg.

ZUPPA DI CECI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 2 cucchiai di olio di oliva, 2 spicchi d'aglio, 2 zucchine, 1 scatola di pelati, 1 scatola di ceci scolati e sciacquati, sale, peperoncino (se gradito), prezzemolo, riso al vapore.
PREPARAZIONE: cuocete le zucchine affettate con l'olio e l'aglio per qualche minuto. Unite i pelati e tenete sul fuoco ancora dieci minuti circa. Appena ammorbiditi, schiacciateli usando un cucchiaio e condite con sale e peperoncino. In ultimo aggiungete i ceci e riportate a bollore per altri 15 minuti. Spegnete il fuoco, completate con il prezzemolo e servite insieme a riso al vapore o pane grigliato.

Hai un orto?

«Certo! Da quando siamo tornati a Los Angeles ho imparato molto sulla stagionalità e la rotazione degli ortaggi. Abbiamo un po' di tutto: erbe, bietole, cavoli, carciofi, carote, pomodori, verze, peperoni, cetrioli e qualche albero da frutto, limoni, avocadi, fichi, pesche e kumquats, con cui faccio una marmellata favolosa. Sono anni che studio i processi di fermentazione, sono sempre stata appassionata di chimica».

I tuoi cibi preferiti?

«Al mattino, una fetta di pane integrale tostata con l'avocado. Quando fa molto caldo preparo un frullato di verdure verdi, sedano, cetriolo, spinaci, zenzero, menta, coriandolo, a volte con la giunta di mela e limone. Nei weekend non manca mai un'interpretazione vegana della *shakshuka* (piatto mediorientale con uova e salsa di pomodoro, *ndr*), sostituendo le uova con i ceci. Per pranzo preferisco verdura fresca, insalate – la più buona è sempre quella con anguria grigliata, cetrioli e spinaci – oppure dumplings ripieni di tofu, verza e carote che ho imparato dalla chef vegana Woon Heng. Per cena adoro le minestre e, da asporto, cibo italiano o giapponese, come Shojin Ryori, la cucina dei monaci buddisti, basata sul bilanciamento dei cinque elementi, cinque colori (bianco, verde, giallo, nero e rosso), cinque sapori (dolce, aspro, salato, amaro e umami), cinque metodi di cottura (crudo, stufato, bollito, grigliato, al vapore) e cinque diverse energie, a seconda degli ingredienti».

E dolci?

«Il gelato vegano di Van Leeuwen: quello al caramello oppure i matcha donuts vegani, con tè verde giapponese e cocco».

Come vedi il futuro del mondo vegano?

«Vedo progresso, anche se non penso che una dieta basata solo sul consumo vegetale sia un'aspettativa realistica. Penso a un incremento della coltivazione familiare tradizionale opposta a quella industriale – sinceramente un'opzione migliore per tutti, anche per i carnivori: sarebbe molto bello se iniziassero a cambiare le proprie abitudini a piccoli passi, due giorni alla settimana di consumo di sole verdure. Un impatto positivo sull'ambiente e anche una scossa alla mentalità delle corporations».

Hai anche investito in questo cambiamento?

«Ho puntato su MycoWorks una compagnia californiana (tra gli investitori anche John Legend, *ndr*) che realizza prodotti sostenibili dai funghi. L'idea è di sostituire pelle, legno, plastica, con un prodotto naturale e facilmente realizzabile senza danni per l'ambiente. I risultati sono incredibili. Ho investito anche in Oatly (con Jay-Z e Oprah Winfrey, *ndr*) un brand svedese di latte vegetale, che spero possa cambiare completamente lo sfruttamento dell'industria bovina. L'economia del nostro pianeta dipende da noi, *There is no economy with no planet!*».

Van Leeuwen
CHOCOLATE FUDGE BROWNIE
FRENCH ICE CREAM

Garden THERAPY

Solleticano il palato e risvegliano i sensi. Sono i *soin* delle spa *fruit&flower*, tra jus agrumati, elisir petalosi, ma anche inebrianti rimedi di-vini. Ecco la nostra **fruit immersion** di bellezza

di MARTA SALADINO

1-2 POMI d'oro Il giardino dell'Eden è in modalità "mountain" e ha cambiato le sue coordinate spostandosi alle pendici del Monte Bianco. Più precisamente nell'antica dimora in pietra e legno dell'Auberge de la Maison in cui si possono provare *soin* secondo la tradizione alpina. Come *Benessere alla mela renetta* – dove i "pomi" succosi diventano prima un impacco decongestionante e poi un olio fruttato, per una pelle rigenerata (50 minuti, 80 euro) – o il *Bagno alpino di erbe e fiori*: un cerimoniale con abluzione tra petali, feuillage e biosauna al fieno (140 euro la coppia). Purificazione all'insegna di "una mela al giorno"... *aubergemaison.it*

3-5 ORO giallo Cielo e mare qui si confondono all'orizzonte, come gli aromi che inebriano l'aria che sa di agrumi, brezza e salsedine. Siamo all'Hotel Santa Caterina, incantevole albergo della famiglia Gambardella da ben 4 generazioni, a picco sul golfo di Amalfi, in un punto che digrada in acqua in una serie di splendide terrazze naturali. Tra i peccati di gola locali, oltre al ristorante stellato *Glicine*, i trattamenti della spa che prendono ispirazione dalle meraviglie costiere, come quello signature, *l'Oro di Amalfi*, un massaggio al limone purificante e vitaminico. Un beauty jus per una pelle "lemon soda" (50 min, 30 euro). *hotelsantacaterina.it*

4 Per BACCO Ebbrezza è la parola d'ordine che scandisce il tempo diluito tra le colline patrimonio Unesco delle Langhe. Soprattutto al Réva Resort, dominato in cucina dalla maestria del pluristellato chef Yannick Alléno, e nella spa dalle virtù antiossidanti dell'uva, con tanto di linea di cosmesi Réva Wine Therapy by S'Agapó. Lasciatevi così tentare dagli effluvi di Bacco con bagni nelle tinozze o con lo scrub a base di bava di chiocciola e vinacce avvolti dal profumo d'uva fresca. Antiage inebriante ad alto tasso "alcolicool" (75 euro). *revamonforte.com*

6 FRUIT immersion In passato era eletto a buen retiro di letterati illuminati, come Kafka a Goethe, a caccia di quella *lakitude* ante litteram, ora il lago di Garda torna in auge come meta per beauty-addicted blasé. Merito anche del Lefay Resort, nel cuore della Riviera dei Limoni, votato a un lusso secondo natura, a partire dalla spa e dai suoi *soin* esclusivi. Tra i rimedi deluxe e "tuttifrutti" c'è infatti il trattamento corpo al mosto d'uva, con scrub ristrutturante a base di vinaccioli e fragola. Vellutato elisir vitaminico. *lefayresorts.com*

7 FLEURS du luxe Per questo luogo si potrebbe quasi sdoganare il nuovo neologismo "*gramour*", crasi di *green* e *glamour*. Non a caso il Plunhof è un eco-hotel, ultra sostenibile e certificato, che vanta un concetto di bien-être che spazia dal design alla spa Minera Acqua & Spa: con pietre antiche che provengono dal cuore della montagna e oltre 4mila mq in cui rigenerarsi. Per un escapismo wellness puntate sul *Bagno alle erbe Alpenrausch* in una vasca di bronzo massiccio, per un'immersione in acqua di rose, stella alpina curativa, miele puro di fiori di montagna e fiori di fieno. Accompagnato da bollicine e fragole fresche. Davvero petaloso... (per la coppia 48 euro). *plunhof.it*

8 PAPAIA mocktail La ricetta – tra papaia fresca e olio di cocco – sembra più quella di un gustoso smoothie. In realtà, quelli sono alcuni degli ingredienti gourmand del trattamento *St. Barth Softness peeling* del Quellenhof Luxury Resort in Val Passiria, parte dei Belvita Leading Wellnesshotels Südtirol. Un toccasana che stimola il sistema immunitario e rigenera la pelle, nonché l'umore, proprio come un beauty aperò (20 minuti, 45 euro). *quellenhof.it*

9 Soin diVINO Astenersi astemi please! Entrare nella spa del Castello di Spessa, Golf Wine Resort & Spa di Capriva del Friuli, è come fare un percorso da sommelier healthy. Le preziose virtù delle uve e del nettare degli dei sono infatti alla base dei trattamenti della nuova Vinum spa, dedicata alla vinoterapia e ricavata nella zona delle antiche scuderie. E per sfatare il mito che il vino non sia detox, merita una "degustazione" il *soin* corpo drenante e snellente con principi attivi estratti dalle uve che migliora l'ossigenazione cellulare e contrasta il ristagno linfatico. Cin cin (85 euro). *castellodispessa.it*

Alta società

SORRENTO
MAJESTIC PALACE
Licenza di inebriare per questa terrazza alla *007*, l'unica Dry Martini d'Italia, con vista da togliere il fiato sul golfo di Napoli. Per brindisi stellari, e letterari, come quello in onore allo scrittore Baricco, creato dal bar manager Lucio D'Orsi. Vulcano di effluvi alcolici. *majesticpalace.it*

Brindisi, e amore, **a prima vista** sulle terrazze più inebrianti del Bel Paese. Una degustazione **verticale** tra i rooftop bar, inebriati dallo skyline quanto dai cocktail *over the top*. Cin cin in attesa di "**riveder le stelle**"

di MARTA SALADINO

PALERMO SEVEN BAR
È un crocevia di profumi e sapori mediterranei che abbracciano la Conca d'Oro e giocano con le nuvole. Ogni degustazione di cocktail, firmata dal barman Leonardo Romano, diventa così un viaggio sensoriale, in un mescolìo ad alto tasso di escapismo "spirit-uale". *sevenrestaurantpalermo.it*

ALESSANDRO BARICCO

INGREDIENTI:
4 cl di Belvedere Smogory Forest, 1 spoon di Ardbeg 10, 4 cl di crema di more, 1 cl di succo di lime fresco, 2 cl di succo di mirtilli, 3 gocce di Fresh Ginger by Javier De Las Muelas, 3 lamponi, 1 mora, 1 bar spoon di sciroppo di zucchero.

PREPARAZIONE:
unite gli ingredienti e servite in una coppa di vetro al mercurio, decorata con una bolla al vapore freddo aromatizzata ai frutti rossi.

ROMA THE COURT

Sapore "Capitale" per questo dehors privato dell'*alta* Roma con vista nientemeno che sul Colosseo. Per aperitivi da veri gladiatori ideati da Matteo Zed, quale il *The Roman Martini*, comodamente adagiate tipo Paolina Borghese. Eno-vacanze romane. *palazzomanfredi.com*

COMO DINNER IN THE SKY

Quando si dice un aperitivo in "sospeso". E proprio in *fly mode*, tra cielo e acqua, è il ristorante di Dervio, a 50 metri di altezza, dove si possono sorseggiare drink "al volo", ammirando il lago di Como da una prospettiva tra le nuvole. Per happy hour ad alta quota, firmati dai migliori esperti di mixology, capaci di risollevare animi e gradazioni. *dinnerinthesky.it*

MILANO CLOTILDE BRERA

L'allure ricorda un bistrot parigino, ma la verve è quella della Milano-da-bere blasonata, con tanto di *botanical rooftop* persin mistico, visto che occhieggia piazza San Marco e la sua chiesa del '200. Un buen retiro upper class dall'atmosfera soffusa, dove concedersi la leggendaria cotoletta con l'*Ameri-calmo*, twist sul Negroni creato con il celebre mixologist Filippo Sisti. Serendipity per il palato. *clotildefood.com*

AMERI-CALMO

INGREDIENTI:
Bitter Campari, infuso alle bacche di goji, Vermouth rosso, soda al tamarindo.

PREPARAZIONE:
colmate un tumbler basso di ghiaccio, versate gli ingredienti e in ultimo aggiungete una spruzzata di soda al tamarindo. Decorate con una fettina di arancia.

CAPRI MONZŪ, HOTEL TRAGARA

È un Olimpo overwater questo gin club dove sembra quasi di tuffarsi tra le acque blu capresi della baia di Marina Piccola. Un "atollo" dove indugiare tra peccati di gola dello chef stellato Luigi Lionetti o di quelli di Bacco, come il cocktail *Tragara*, Simposio *pieds-dans-l'eau*. *hoteltragara.com*

VENEZIA CA' SAGREDO HOTEL

La Serenissima, se possibile, incanta ancora più dall'alto in quell'intreccio di languidi canali. Proprio come dalla Terrazza Panoramica al quarto piano dell'hotel, dove concedersi un rondò veneziano di piacere, tra i tradizionali cocktail come *Bellini* e *Spritz*, e gli immancabili "cicchetti". Un Gran "Bac-canal". *asagredohotel.com*

CAMILLO

INGREDIENTI: 3,0 cl di gin, 1,5 cl di Bitter Campari, 3,5 cl di Vino del Conte (homemade di Barolo chinato e spezie in infusione), 10 cl di acqua di mare, 1 lampone, 2 petali di rosa e una spolverata di fava di cacao Tonka.

PREPARAZIONE: raffreddate il mixing glass, mettete tutti gli ingredienti e versate in un bicchiere colmo di ghiaccio. Guarnite.

FIRENZE EMPIREO

I tramonti qui sono ancora più infuocati, con lo sguardo che svetta tra i tetti rossi fiorentini. Una degustazione a 360 gradi sulla città e sul Duomo, accompagnati anche da *Camillo*, il cocktail signature e "guida" virgiliana per aperitivi intellò. *hotelplazalucchesi.it*

MILANO CERESIO7

Un'istituzione meneghina per i suoi pool-aperò, che dominano tutto lo skyline di Milano, e per la cucina di Elio Sironi che miete fiori di adepti. Membro del Belvedere Collective, vanta aperitivi squisitamente modaioli, come il cocktail *Beth Harmon*, del bartender Dario Serra ispirato a *La regina degli scacchi*. Mossa vincente. *ceresio7.com*

ROMA HI-RES VALADIER

Uno degli indirizzi più in "vista" della città eterna, con terrazza panoramica che abbraccia cupole, i tetti del tridente e il Pincio. Per intenditori a caccia di ben 600 etichette da tutto il mondo, oltre a una selezione di drink davvero caput mundi. *hotelvaladier.com*

FIRENZE SE·STO ON ARNO

È un "glass box" avveniristico con vetrate continue, all'ultimo piano del Westin Excelsior Florence. Un gioco di luci e design per questo lounge bar open air che sembra fluttuare come il fume Arno. Tra i must-drink? Il *Galeno*. Panta rei de luxe. *sestoonarno.com*

MILANO TERRAZZA GALLIA

Il classico place-to-drink dove gustare canapé, vedere e lasciarsi vedere, sorseggiando magari proprio il cocktail *Centrale*, omaggio alla central station. Un distillato da *milanesienne*, che mescola moda, design e urban vibe. *terrazzagallia.com*

IL RICCIARDI

INGREDIENTI:
3 cl. di Rabarbaro Zucca,
2 cl. di Orange Curaçao,
1 bar spoon di Vecchia Romagna Etichetta Nera,
top of Spumante

PREPARAZIONE:
versate nel bicchiere colmo di ghiaccio tutti gli ingredienti. Mescolate e decorate con un ciuffetto di menta e buccia d'arancia.

NAPOLI BELUGA BISTROT

Si potrebbe definire un archi-roofbar quello del Romeo Hotel, griffato dallo studio giapponese Kenzo Tange. Una terrazza con piscina design che si sporge sul mare e punta al Vesuvio, per aperitivi, nonché cene, ultra moderne e votate all'arte *au bord de la mer*. A partire dal cocktail *Cucumber mule*: una fresca rivisitazione alcool-marinière. *romeohotel.it*

NAPOLI GEORGE LOUNGE

È una specie di "palcoscenico" naturale e svettante che fa capolino sul golfo di Napoli, la terrazza con bar e ristorante stellato del Grand Hotel Parker's. Una full immersion onirica che ha retrogusto futurista e note letterarie, come il cocktail della "casa", il *Ricciardi*, un tributo conviviale all'omonimo commissario del romanzo di Maurizio De Giovanni. Da bere alla "lettera"... *grandhotelparkers.it*

STILL LIFE...

Dubbio eno-amletico. Che sia un languido Passito o un pétillant Moscato, ci vuole *juste un verre*: vezzosi glass, flûte *impettiti* o calici pastello? *"Coppe" di fatto*

di ANITA SCIACCA

1. Avvolgente, il Vinsanto del Chianti Classico Doc, Lamole di Lamole. **2.** Inciso, il calice della collezione Lily of the Valley, Dior. **3.** Vellutato, il Vin Santo del Chianti Classico, Borgo Scopeto (15 euro). **4.** Primaverile, il bicchiere con decorazione floreale, Pols Potten (134 euro il set da 6). **5.** Biologico, il Moscato di Trani Doc Kaloro 2018, Tormaresca. **6.** Essenziale, il calice Vega di cristallo, Baccarat (415 euro la coppia).

7. Bilanciato, il vino Rebus Igt delle Venezie, Gradis'ciutta. **8.** Artigianale, il calice della collezione Cin Cin Unconventional Glasses, Stella Orlandino (90 euro). **9.** Dorato, il Salina Bianco Passito Igt Capofaro, Tenuta Capofaro. **10.** Dipinto a mano, il calice con profili a contrasto, Moda Domus (144 euro). **11.** Fruttato, il Recioto della Valpolicella Classico Docg Capitel Fontana, Tedeschi (35 euro). **12.** Tradizionale, il calice in vetro di Murano, Eugenio Ferro.

O SPARKLING VIBE?

1. Aromatico, il Brachetto d'Acqui Docg Rosa Regale, Banfi. 2. Lineare, il flûte Heritage Dynasty, Rosenthal (37 euro). 3. Fresco, il vino frizzante dolce Sweet Rosé, Pasqua. 4. Preziosa, la coppa di cristallo Tommy, Saint Louis (171 euro). 5. Equilibrata, la Malvasia Dolce Igt, Monte delle Vigne (8,30 euro). 6. Colorato, il flûte Arlecchino, Vetrerie di Empoli (370 euro il set da 6).

7. Vibrante, il Moscato Gemma di Luna, Enoitalia (7 euro). 8. Iridescente, il flûte bicolor dégradé, Luisa Beccaria (176 euro la coppia). 9. Profumato, Il Rive di Ogliano 2019 Extra Dry Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore Docg, Masottina. 10. Soffiato a bocca, il flûte Torcello, Creart (275 euro il set da 6). 11. Armonico, il Cuvée Imperiale Demi-Sec, Berlucchi. 12. Classica, la coppa champagne Medici con filo oro, Ginori 1735 (140 euro il set da 2).

UN BATTITO D'ALI

E *dopo la quaresima sentitevi liberi di volare* da una fetta di colomba all'altra per assaggiarle tutte, dalle tradizionali con canditi a quelle farcite con golose creme

di ANITA SCIACCA

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

1. Preziosa la colomba con copertura al cioccolato fondente e foglia d'oro 18 carati, Bonfissuto (28,90 euro con un vasetto di crema al cioccolato di Modica). **2.** Maxi farcitura la colomba con crema di Pistacchio Dop e ricoperta di cioccolato fondente, Pistì (19 euro). **3.** Mediterranea la colomba all'essenza di petali di rose e fichi d'India con gocce di cioccolato rosa, Fiasconaro (28,50 euro). **4.** Soffice la colomba classica preparata artigianalmente con ingredienti di prima qualità, Ciacco Lab (30 euro). **5.** Lievito madre la colomba con canditi all'arancia e una croccante copertura di glassa alla mandorla, Capolinea (28 euro). **6.** Golosa la colomba al cioccolato proposta insieme a tre ganache spalmabili, Cremoso Nerino al cioccolato fondente, Cremoso Primavera al lampone e Cremoso Pistache al pistacchio, Pasticceria Sartori. **7.** Incartata a mano la colomba artigianale con pesca candita e gocce di cioccolato extra fondente al 70% e glassatura di zuccherini e pistacchi, Vincente Delicacies (19,50 euro). **8.** Classica la colomba tradizionale con arancia candita e glassa con mandorle e granella di zucchero, Pasticceria Martesana (40 euro). **9.** Da leccarsi le dita la colomba con crema al Cioccolato di Modica Igp, Bauli (6,99 euro). **10.** Benefica la colomba classica Maina per l'iniziativa "Una colomba per la vita" a sostegno dell'Associazione Donatori Midollo Osseo (donazione suggerita 12 euro). **11.** Esotica la colomba zenzero, lime e cioccolato bianco, Bottega Balocco. **12.** Delicata la colomba dall'impasto tradizionale con l'aggiunta di mele, Vergani (19,90 euro).

IVAN SERAFINO

SORPRESE DI PASQUA

Non è da decorare, ma da gustare. Ecco la nostra wishing list con golose prelibatezze, tra pasta, formaggi, vino e dolciumi, per ruspanti *déjeuner sur l'herbe*

di ANITA SCIACCA

1. Ceci lessati biologici, Alce Nero (2,30 euro).
2. Farfalle rigate integrali, La Molisana.
3. Cocktail ready-to-share, Nio Cocktails (29,50 euro il box da 5).
4. Snack di mais all'olio extravergine d'oliva, Fiorentini (1,25 euro).
5. Amaretti morbidi Isaia, La Sassellese.
6. Olio extravergine di oliva monocultivar Nocellara, Monini (9,90 euro).
7. Formaggio semiduro Tête de Moine Dop con girolle, Switzerland Cheese.
8. Amaro Toccasana di Teodoro Negro a base di 37 erbe, Toso.
9. Vino bianco Pinot Grigio Doc delle Venezie The Lady, Ferro13 (13 euro).
10. Canestrelli al burro con gocce di cioccolato, La Sassellese (2,19 euro).
11. Composta di fragole biologica, Alce Nero (4,90 euro).
12. Coniglietti e uova decorative, piatti e tagliere, tutto Casa Shops.
13. Yogurt intero biologico al mango, Scaldasole (2,49 euro).
14. Granpanzerotti ricotta, spinaci e scorza di limone, Scoiattolo (1,99 euro).
15. Formaggio spalmabile, frullato di frutta e grissini nel pack Fresca Merenda, Nonno Nanni.
16. Passata di pomodoro e ciliegino giallo, Agromonte.
17. Tè nero Attivatè con mate e limone, Sir Winston Tea (2,89 euro).
18. Tisana organica Un saluto al sole, Pompadour (2,98 euro).
19. Formaggio a pasta extradura Sbrinz Dop, Switzerland Cheese.
20. Acque fruttate a basso contenuto calorico Fruity Touch, Sant'Anna.
21. Raviolini con 100 per cento carne di vitello, Scoiattolo (1,99 euro).
22. Fave sgranate surgelate e Mini burger Benessere con quinoa e semi di lino, Orogel.
23. Colomba tradizionale a lievitazione naturale con canditi di arance di Sicilia e uvetta sultanina, Bonfissuto (21,90 euro).
24. Condimento fatto con vino ed erbe aromatiche Vinchef, Toso.

IVAN SERAFINO

EGG DĒCOR

Non si mangiano, ma sono perfette per regalare alla casa un'atmosfera pasquale: ecco i tips per *decorare le uova*

HOW TO: la tecnica più semplice è quella che prevede l'uso di uova sode: dato il loro peso, saranno perfette come centrotavola o segnaposto. Ma se l'idea è quella di appenderle su rami decorativi, meglio svuotarle: praticate due fori sulle estremità e, soffiando da un lato, fate uscire albume e tuorlo, che riutilizzerete poi in cucina. Un veloce risciacquo con acqua e sapone e sono pronte per la fase due: la decorazione. Ora date pure libero sfogo alla fantasia, le uova dal guscio bianco offrono una tela ideale. Per un effetto marmorizzato utilizzate una spugna, con la punta di un pennello "lanciate" schizzi di vernice in *mood action painting* o rallegrate un monocolore classico con perline, glitter e pompon. IL CONSIGLIO IN PIŪ: se l'arte pittorica non è il vostro forte, rivestite le uova sode con stoffe colorate, fermate con un nastro colorato o lo stelo di un fiore di campo.

WARREN HEATH/ BUREAUX

FRANCIACORTA
Guido Berlucchi
BERLUCCHI
MADE IN FRANCIACORTA
#berlucchimoments
berlucchi.it
FRANCIACORTA
BERLUCCHI
BERLUCCHI · FRANCIACORTA ·
FRANCIACORTA
Guido Berlucchi
BERLUCCHI
'61
SATÈN